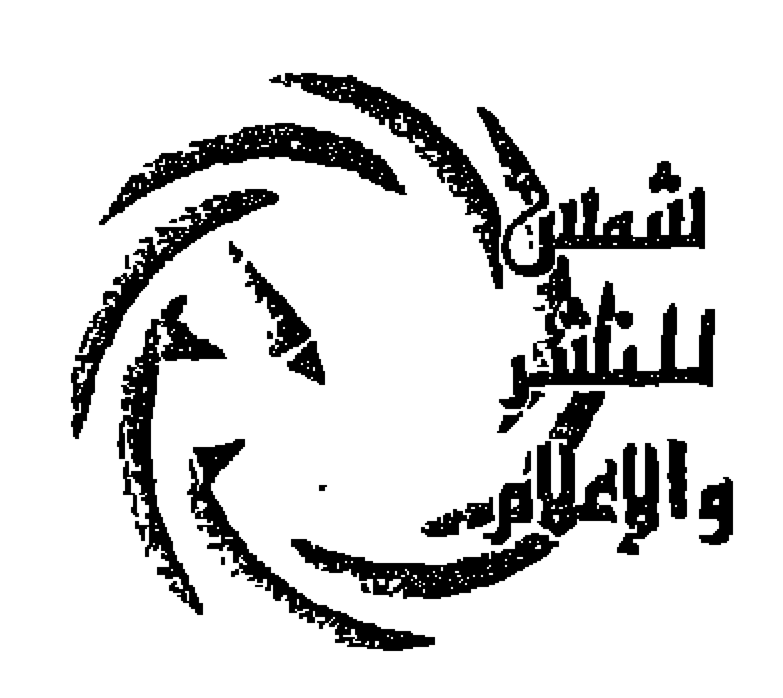
عندما انفعل.. أكتب

د. موزة المالكي

شمس للنشر والإعلام

عندما انفعل.. أكتب

د. هوزة المالكي



الكتاب : **عندما انفعل .. أكتب**

المؤلف : **د. موزة المالكي**

الطبعة الأولى – القاهرة ٢٠٠٧

الناشر : **شمس للنشر والإعلام**

٠١٠١٢٢٤٤١٥ – ٧٢٧٣٤٨٧

المطبعة : **دار البيان للطباعة**

فاكس: ٢٤٣٨٣٦٠٢ م: ٠١٠٤٠٠٣٦٤٤

لوحة الغلاف : *Raphael Leque Head Bursting*
للفنان العالمي سلفادور دالي

إهداء

إلى كل من انفعلت به ... له ... معه ...

أو .. من أجله

عندما انفعل .. أكتب

□ الانفعال .. ألف باء الإبداع

حينما ننفعل فمعنى ذلك أن شيئاً غير تقليدي قد باغتنا، وجرنا إلى سياق جديد وغير معتاد، فجّر فينا مصادر الألق الذهني والتفتح العقلي والمعرفي. فالانفعال يفترض القدرة على استيعاب الواقع - مصدر الانفعال- . هذا الاستيعاب يقطع علينا احتمالات الهروب في الواقع والانقطاع عنه، ويرمينا في أحضان المعاناة، تلك المعاناة التي قد تدخلنا في دائرة العذاب.

والانفعال هو ألف باء عملية الإبداع، فما ننفعل به يُغذي مخيلتنا ويخصبها بصور وأفكار تتماهى فيما بينها، لتشكل مضموناً إبداعياً في أي من مناحي الفن أو صور التعبير.

وبعض ما يثير انفعالنا قد يكون مفجراً لحالة الغضب والحنق، أو قد ينزل بصدورنا منازل الفرح والغبطة...

فنحن ننفعل بقراءة قصيدة جميلة، أو بمصافحة أعيننا لقبسٍ من جمال زهرة، أو ربما ننفعل بابتسامة بريئة على وجه طفل مشرق...

ننفعل حينما نقف أمام تشكيل فني أبدعه فنان فأحدث في مخيلتنا ثورة ووهجاً...

ننفعل وقتما نعود من أصقاع غربة، فيتقد ذاك الوهج المتوقظ المحفز للابداع.

فلننفعل لنبدع.. ولنتعلم ألف باء الإبداع من انفعالنا ودهشتنا وتأملنا لإبداع الخالق العظيم، ولما يجري حولنا من أحداث.

في هذا الكتاب حاولت جمع بعض مقالاتي التي نُشرت خلال السنوات الأخيرة، والتي ارتبطت بلحظات انفعال أو أحداث أو

مناسبات معينة، بعضها كان بمثابة محطات لها أهميتها في حياتي، وبعضها يشكل خلاصة تجارب حياتية ذاتية، وبعضها أشبه بقراءات في مفردات واقعنا، وبعضها كان بمثابة ومضات تلقي الضوء بإتجاه قضايا بعينها.

يحوي الكتاب بين دفتيه الكثير من لحظات الانفعال، الفرح، الحزن، الأمل، الألم، الحب، الدهشة، الحلم. والكثير من لحظات التأمل التي استوقفتني.

وقد رأيت أن أبدأ هذه اللحظات بأحد أكثر الأحداث إثارة للانفعال في حياتي، فهو لم يؤثر فقط في مشاعري أو حالتي النفسية، لكنه ترك آثاره الواضحة على جسدي، والذي كاد أن يتمزق إرباً بالتفجير الانتحاري الذي قام به أحدهم في مسرح الدوحة يوم ١٩ مارس ٢٠٠٥م حيث كنت ضمن الحضور للعرض المسرحي "الليلة الثانية عشر" لشكسبير. وبعد مرور أسبوعين من الحادث، واستجابة لرغبة قرائي، بدأت استجمع حروفي للكتابة عن الحدث في مقال مطول نشرته جريدة الراية يوم الرابع من مايو ٢٠٠٥م.

"عندما انفعل أكتب" باقة متنوعة من الأفكار والمشاعر والمواقف والتجارب والقضايا، جاءت كلها وليدة لحظات انفعال. آمل أن تكون قد جمعت بين الفائدة والمتعة معاً.

د. موزة عبدالله المالكي
معالجة نفسية وكاتبة

❑ قراءة متأنية للأفكار المنحرفة:
الفارق بين نور الحضارة و ظلام العنف كالمسافة بين السماء و الأرض

فارق كبير بين نور الحضارة وشعاع المعرفة، وبين ظلام العنف والإرهاب والغدر والجهل، تماماً كما المسافة بين السماء والأرض. وقد لا يتلمس هذا الفارق الشاسع إلا من عاش لحظات كالتي عشتها حينما تحول مسرح الدوحة بلايرز في لحظة ركاماً وحطاماً وذعراً وخوفاً وكتلاً من الأدخنة واللهب. كنت في حضور شكسبير؛ إنها مسرحية ليلى الثانية عشرة، قرأتها نصاً وسعيت إلى مشاهدتها على خشبة الدوحة بلايرز.. شخوص تتحدث وتنطق وتتحرك.

وفي لحظة طلع علينا واحد خارج الحضارة ومنزوع الإنسانية؛ أحال المكان إلى مأساة، وحول المسرح إلى دراما سوداء داكنة غريبة على مجتمعنا الذي طالما تغنينا بالأمن والسلام فيه، بل وسنظل نتغنى، ذلك لأن هذا الحادث الغاشم لن يؤثر فينا، ولن يغير من مسيرتنا أو يفت في عزيمتنا، ولن يزحزح فينا هذه الفطرة والسليقة الآمنة والمستأمنة.

أراد منفذ الجريمة؛ ولابد أنه حسب حساباته؛ أن يصرع العشرات بمفخخته التي فجرها في مسرح يحتشد فيه المئات، فلم يحقق هدفه إلا في شخص واحد هو مخرج المسرحية بريطاني الجنسية، والذي لم يمت بشظية إصابته، ولكن بسكتة قلبية انتابته من هول الصدمة.

وهكذا استصدر منفذ الجريمة البشعة لنفسه حق إزهاق الأرواح، وجعل من نفسه - بلا أي وجه حق وبلا سند من دين او أو منطق أو عقل- قاضياً وجلاداً. وتخيل الجاني أن بوسعه ان يقف بغتة على خشبة المسرح ليحطم المصابيح، ويغرق المكان في ظلمة حالكة، ويطيح بأشلاء الضحايا، ويحول المكان إلى حطام متناثر.. فلم يتحقق له ما أراد، وأنقذت العناية الإلهية أطفالاً صغار ونساء وأبرياء جاءوا ليتنسموا نسائم فكر وفن.

ربما تكون التجربة فريدة، بل هي بالفعل كذلك أن تجد نفسك في لحظة من حال إلى آخر، ومن نور إلى ظلمة، ومن مكان يعج بالحضور إلى مكان يولي الجميع فيه الأدبار فراراً من الاحتراق والتدمير. كذلك لم يكن سهلاً أو يسيراً على من عاشوا لحظات التجربة وروعهم الانفجار، ولم يصدقوا. بل وبلغت درجة براءة الحضور أن البعض - وأنا منهم- اعتقدوا أن الانفجار هو جزء من العرض المسرحي، كذلك اعتقدت بعدها أنني أنا السبب في الانفجار، وأني ربما دست على وصلة كهرباء لحظة مغادرتي المسرح، ولم يدر بخلد احد من الموجودين أن الانفجار حادث إجرامي بشع. ومضت لحظات حتي تبين الحضور أن حياتهم كانت الهدف، وأنه يتعين عليهم الخروج عدواً للنجاة بأنفسهم. وإذا بي اكتشف حينها أنه ليس بوسعي الحركة، وأن الدم ينزف من وجهي ورجلي ويدي، وأن الشظايا قد إصابتني في جميع أجزاء جسمي تقريباً.

وإصابني ما إصابني من كسور ورضوض، وكانت الإصابة الكبيرة الواضحة في تلك اللحظة في يدي اليمنى التي أمسك بها القلم.. وجدتني أصرخ لا شعورياً: "لقد انشلت يدي ولن أكتب ثانيةً."

ونظرت حولي فلم أر في المسرح إلا ابنتي تجاهد للخروج بي، وتصرخ طالبة المساعدة، وليس في المكان سوانا، وقد اقتربت النيران منا، وأركان المسرح تتهاوى علينا، فيما الحطام تحت أقدامنا في كل مكان. حتى رآنا أحد الأشخاص وصرخ فينا طالباً منا المغادرة، فصرخت ابنتي في وجهه لمساعدتنا. وخرجت بي ابنتي تحملني بين ذراعيها ممزقة الثياب.

تجمدت الكلمات في الحلق وتبين لي فيما بعد وأنا استرجع ردود افعالي أنا وابنتي لحظة الحادث أنه في مثل هكذا أحوال تتراجع القدرة على التعبير لتستبدل بقدرة فائقة على التفكير والفعل، وكما قالت ابنتي بعدها: "كل ما فكرت فيه هو أن نخرج معاً، أو نبقى لنموت معاً"...

كنت أردد لحظتها "الحمد لله" أن أصابني أنا وليس ابنتي، وكان يشغلني حينها أن أبحث عن ابنتيّ أخي ووالدتهما؛ لأطمئن عليهن.

لم أكن أتخيل أن هذا الحجم من الدمار الذي رأيته وسمعته في آن واحد؛ وكأن سرعة الضوء تساوت مع سرعة الصوت؛ لن يسفر سوى عن قتيل واحد، واثني عشر جريحاً كما ذكروا. فقد اعتقدت أن مثل هذا الحادث الإجرامي سيوقع الكثيرين من الضحايا الأبرياء، وأن إصابتي ربما تكون من أهون الإصابات. لكنها في الواقع كانت من أصعبها كما قال لي الأطباء. لقد كانت إرادة الله العلي القدير هي الأقوى والأعلى، وبالرغم من كوني أعاني بعض المشاكل بالقلب، وسبق وأجريت أكثر من عملية جراحية في القلب، إلا أنني نسيت هذا تماماً في تلك اللحظة، وتغلبت إرادة الحياة لدي على ما عداها.

وبعد معرفتي بتفاصيل الحادث؛ رحت أفتش في خبايا النفس للتعمق في فكرة الصراع الأزلي بين الحياة والموت، وبين أصحاب الرغبة في الانتحار، وأصحاب الرغبة في الحياة، وكيف أن عشاق الحياة دائما هم الأقوى والأكثر قدرة على مواجهة التحديات. إن التفكير في النفس البشرية، وبالتحديد تلك النفوس المريضة التي تقدم على مثل هذه الأفعال، يرسم لنا لوحات سوداء اللون، إنها لا شك نفوس قد تلطخت بلون شديد السواد، ولابد أنها عاشت حياة متنوعة التعقيدات، ومرت بظروف شديدة التناقض أفقدتها القدرة على التمييز بين الخطأ والصواب، وبالتالي أفقدها القدرة على أن تعيش حياة الأسوياء. وأولئك من أصحاب النفوس المعقدة، هم الذين يجد فيهم دعاة الإرهاب او الفكر الأصفر والأسود أرضاً خصبة لبذر افكارهم الكارهة لحياة، وحتى وإن استتروا بمبادئ عقيمة يظنونها صوابا. فيتوحد النزوع المأساوي إلى الموت، مع الفكر الذي يحمل الموت لمعتنقيه في تورط ضد أصول الحياة والحفاظ عليها.

وعلى فراش المرض يحلق الفكر في فضاءات لم يرتادها من قبل، فكيف يتخيل المرء أن معالجة نفسية مثلي نالت تعليماً أكاديمياً مبحراً في العلاج النفسي ومارسته نظرياً وعملياً؛ قد يتسبب مريض نفسي في القضاء على حياتها، وهي التي تعالج أمثاله. منفذ هذه الجريمة لابد أنه مريض نفسي وإلا ما الذي يدفعه إلى الموت معتقداً بأنه ينال الشهادة، أو ليس الأمر اوسع من قدرة علم النفس؟ كما أنه يحتاج إلى تقويم شامل للفكر الذي يضع مواصفات للشهادة وهي براء منها تماماً بحكم المنطق البسيط، وبحكم كل نصوص الشريعة والدين الذي يتمسح به أصحاب الفكر الضال.

وبالرغم من باقات الزهور التي رصت على باب الغرفة حتى سدت الممرات إلى الحد الذي سبب ضيقا لرجال الأمن بالمستشفى، مما دعاهم إلى أن يأمروا إلى اخلاء الممرات، وبالرغم من الزيارات والهواتف التي تلقيتها من داخل قطر وخارجها، وبالرغم من زيارات المقربين الذين روعهم ما أصابني، وزيارات من أعرفهم و من لا أعرفهم.. رغم هذا كله، كنت كثيراً ما أشرد – وأنا على فراش المرض- إلى الحادث وتفاصيله ومشاهده، وكم غمني معرفة أن مرتكب الحادث وهو مهندس كمبيوتر ومن أفضل مصممي الجرافيك في مؤسسة البترول؛ هو أب له أطفال وزوجة وأم، فهو عندما نفذ هذه الجريمة البشعة لم يكن يقضي على حياة عشرات الأبرياء الذين كانوا في المسرح، ولكنه من حيث لا يدري قضى على أقرب الناس إليه، على والديه وزوجته وأولاده، فكانت دائرة ضحاياه اوسع بكثير مما استهدفهم بجريمته، لتشمل افراد عائلته وأسرته الصغيرة، ومعهم المجتمع الذي استقبله ووفر له الأمن وأتاح له الوظيفة، ومنحه الحياة الكريمة... كل هؤلاء أصيبوا بالحادث وتضرروا به، لأن نفساً معقدة كانت تعيش بيننا دون أن ندري.

ومن الغريب أنني لاحظت الجاني "عمر" قبل التفجير بدقائق، وهو جالس وحده في المقاعد الخلفية، ولم يغادر أثناء الاستراحة، كان ينظر إلى المغادرين إلى الكافيتريا، وكأنه يتأمل وجوه من سيقضي عليهم، أو من سيسحقهم بعد دقائق. وكم كان الأمر صعبا على ابنتي التي كانت تراه يومياً حيث يعمل معها في القسم، حتى إنها تذكرت لون ملابسه في ذلك اليوم، وقد كان يلبسها أثناء الدوام أحيانا. وقد سبب هذا الموقف ألماً وحزناً كبيرين لم يفارقا ابنتي، وربما تحتاج إلى

الكثير من الوقت للتغلب على هذه الأزمة النفسية التي تسبب فيها زميل لها في العمل، فكم كانت تردد وهي جانبي في المستشفي على السرير: "لقد رآنا ونظر إلينا، ثم خرج بعد ثوان ليحضر سيارته ويفجرنا، لقد كان ينوي قتلنا" ومازالت إلى الآن تتساءل لماذا وهو الذي لم يكن حتى يلقي السلام عليها أو على أحد من زملائنا وزميلاتها في القسم.

وكتبت الحياة لابنتي وابنتيّ أخي وأمهما ومن كانوا معي، مثلما كتبت الحياة لروايات ومسرحيات شكسبير الذي خلده فكره وأبقاه حياً على خشبات المسرح وشاشات السينما، وفي عقول قرائه وعشاق فنه وفكره عبر الأجيال.

من على فراش المرض كنت أطالع باقات الزهور التي اصطفت في كل مكان، وأمزح في نفسي رغماً عن الأوجاع، فأقارن بين دلالات باقات الزهور في الغرب وعندنا، فهم يعبرون عن حزنهم على المتوفى بتكديس الزهور على قبره، حتى أن قدر المتوفى يقاس بحجم الزهور. فتشييع الموتى في الغرب بالزهور عادة متأصلة لديهم، ولكن الأمر مختلف عندنا، فالزهور هي رمز الحياة وانتصارها على نزعة الموت.

ولا يمكن نسيان رسل العناية ورجال الشرطة والدفاع المدني ورجال الإطفاء والإسعاف الذين اثبتوا كفاءة باهرة بحسن تعاملهم مع الحادث وآثاره. وكذلك العشرات من الشباب القطريين الذين سارعوا فور وقوع الحادث لمساعدة المصابين.

ولا أنسى موقف سيدة قطر الأولى سمو الشيخة موزة بنت ناصر المسند حرم حضرة صاحب السمو أمير البلاد المفدى، والتي كانت غائبة حاضرة وهي في أكسفورد، وجاءني مبعوثها

بعد أقل من ساعة لينقل لي دعواتها وأمنياتها. كذلك مكالمة سمو الشيخ عبد الله بن خليفة آل ثاني رئيس مجلس الوزراء الذي اتصل للاطمئنان عليّ، ولتشجيعي للظهور على قناة الجزيرة لبث الاطمئنان إلى قلوب الناس الذين كانوا يتابعون الحدث بخوف على هذا الوطن وخوف على زعزعة أمنه واستقراره وخوف على سلامة أبنائه. وكم قدرت زيارة سعادة الأستاذة الدكتورة شيخة عبدالله المسند رئيس جامعة قطر التي قدمت فور وصولها من السفر لتنقل لي مشاعر كل من يعمل بجامعة قطر. كذلك الشكر إلى الدكتورة حصة صادق عميدة كلية التربية التي حضرت إلى المستشفى وقد ارتسمت علامات الفزع على وجهها للاطمئنان عليّ والتخفيف عني في معاناتي. كذلك الشكر إلى الدكتور خالد والمتخصصين بقسم جراحة التجميل بمستشفي الرميلة وكل العاملين في مؤسسة حمد الطبية لتقديمهم كل العون وما يعجز القلم عن سطره عرفاناً بالجميل واعترافاً بالفضل.

ولكن هناك زيارة من رجل جاءني رغم أنه قلما يغادر مكانه، جاء يتكأ على عصاه بعد أن ألح على ابنته أن تصحبه إلى المستشفى رغم كبر سنه وعجزه، وقد كانت زيارته تلك بمثابة البلسم الشافي، فقد جلس يقص عليّ الكثير من حكايات الماضي الجميلة، والتي لا تخلو من حكمة وموعظة.

لم يتوقف قلبي المعتل عن النبض لهول هذا الحادث، لكنه زاد من إيماني وثقتي في أن إرادة الله العلى القدير أقوى وأعظم من إرادة الشر، وأن تفننت وسعت وبذلت لتغليب إرادتها. وكتبت لي الحياة، وبفكرٍ لن يتراجع عن احتفائه بالحياة وتقديرها والانتصار لها.

❑ الانتصار على الألم

كانت إصابتي بالغة في الحادث المفجع الذي تعرضت له، فقد أصبت تقريباً في كل أنحاء جسدي بالشظايا التي تطايرت من القنبلة التي فجرها المعتدي، ولكن أبلغ الإصابات كانت الشظايا التي إصابت يدي اليمنى التي أكتب بها وأزاول كل أعمالي تقريباً، وبعدما عرفت بأنها قد تصاب باعاقة بنسبة ٨٠% تمنيت لو أني يسارية، بحيث أن الجزء اليمين في عقلي يتحكم في ردود فعل يدي، ولكني تداركت لأحمد الله وأشكره عز وجل أن لم تكن الإصابة في عيني مثلاً أو مخي.

في لحظات الضعف البشري تثير الذات أسئلة حائرة، خاصة حينما تنعدم الإجابة على هذه التساؤلات أو تبدو الإجابة بالغة الصعوبة. ومن هذه التساؤلات: لماذا يميل البعض إلى التصرف دون اعتبار للحياة.. ولماذا يختار البعض الموت للآخرين أو إقصائهم من الوجود بفعل متطرف غاضب؟ ولماذا يزعم هؤلاء أنهم يحققون العدالة، فيما هم يمارسون أبشع صور الظلم في الوجود، فلا يحسبون لأبرياء حساباً، ولا يقيمون لقيم الحياة وحرمتها وزنا.

وما إصابني في يدي واستدعي وضعها في الجبس لأسابيع طويلة، حرمني من ممارسة أبسط الأعمال اليومية، كما حرمت من ملامسة وجه أمي كما كنت إفعل لأتلمس منها الحنان والبركة في كل يوم.. وكم أحسست بالضعف وأنا أحاول الرد على ابنتي الصغيرة عندما احتضنتها بيد واحدة وسألتني: "متى ستحضنيني بقوة كما كنت تفعلين؟".

لقد بذل الأطباء مجهوداً طبياً لإعادة الحواس المفقودة كي استعيد حركة الإصابع في يدي كما كانت. والحقيقة فأنا لم اكترث لإصابتي في البداية، وكنت احسب أن الأمر لن يستغرق كل هذا، فالطب الذي حقق انجازات في إعادة أطراف مبتورة وعظام مهشمة لن يعجز عن علاج إصابعي مهما كانت الإصابة بالغة. وكنت أدرك أن العلاج مسألة وقت، وانه يجب عليّ مع طول فترة العلاج أن أواجه الضغوط النفسية. وبالفعل ازدادت ثقتي بمهارة الأطباء المعالجين في قسم العلاج الوظائفي، وأخص بالذكر د. مأمون الذي بذل أكبر الجهد في علاج إصابعي، وكذلك زادت ثقتي بمهارة المريضة نفسها التي هي أنا حيث اكتشفت انني قادرة على قهر الألم وقادرة على تجاوز المحنة. واكتشفت قدرتي على السخرية من العابثين بالحياة، فالحياة للحياة، والحياة لمن يحترف الحياة.

دائماً ما كنت أعالج آلامي بتمارين استرخاء وتنفس والكثير من الذكر والدعاء والتركيز على مناطق الألم. واتجنب اللجوء إلى المهدئات والمسكنات، بينما مع آلام الكسور في يدي اضطررت إلى تعاطي الكثير من المهدئات، وأعتقد ان ما تعلمته من طرق للقضاء على الألم، كان عاملاً مهما في التغلب عليه.

وحينما يتعرض الإنسان للآلام الجسدية فإن ذويه أهله واصدقاءه يلتفون حوله، ولكن تظل حدود إمكاناتهم محصورة في إشاعة الدفء الاجتماعي، إنما الألم الجسدي فلا معين للمريض علي قسوته سوى العلى القدير، فمن رحمته انه قادر علىَ الشفاء بلا مسكنات ولا عقاقير. ولكن بالإيمان والصبر والثقة في شفائه سبحانه وتعالى.

ولم أكن في حاجة إلى قصص من الواقع استمد منها الشجاعة أو استل منها القيم التي تعزز قدرتي على قهر المحن ولكن ما رأيته على شاشة الجزيرة حول قصة ذلك الرجل المبتورة ذراعه اليمنى والذي تمكن بعد عدة محاولات من تسلق قمة إفرست أعلى القمم الجبلية في العالم، ليبرهن على أن الإرادة قادرة على تحدي الإعاقة. ليستحق أن يكون من ذوي القدرات الخاصة، وليس ذوي الاحتياجات الخاصة كما نطلق عليهم. وليقدم لنا مثلاً إنسانيا جميلاً في التحدي والمثابرة.

إنها ثلاثة إصابع، وليست ذراع مبتورة كمثل الذي تسلق قمة إفرست، والذي تعلمت منه كيف أعزز ثقتي في نفسي، وفي الحياة، وكيف أواجه المحنة بالإصرار.

وقاكم الله آلام الكسور، وحفظ بلادنا من شرور المعتدين.

□ رحمة الله عليكِ يا أمي الحبيبة

لتجمع العوائل في الأفراح والمناسبات السعيدة؛ مذاقه الخاص.. ولكن في الأتراح والأحزان، يكون لمثل هذا التجمع بعد مصيري، خاصة حينما تكون هذه الأتراح وفاة أم ربّت وضحت وحفظت في شغاف قلبها أبناءها وبناتها في حنو بلا غلواء ولا إدعاء.

الأم هذا الإحساس العظيم، يكون فقده في عالم الصفاء مضنياً ومأساوياً... إنها الأم، هذا الصدر الحاني الجميل الذي لا يعوضه كائن من كان، وحينما يرحل يترك فراغاً لا يملؤه أحد. فمَن قال إن الصغار فقط هم الذين يعانون برحيل الأم؟ فالكبار أيضاً لا تقل عذاباتهم عن الصغار حينما ترحل الأم. فاستقلالنا بحياتنا، لا يعني عدم الاحتياج لحنان الأم.. فالأم حضور طاغٍ بجمال وتأثير في حياة كل منا.

توفيت والدتي - رحمها الله- وهي على سجادة الصلاة، وافتها المنية في لحظات خاطفة، وهي تصلي. وتجمعنا كلنا حول جثمانها الطاهر.. وكنا قبل قليل نتبارك بدعواتها وننصت لوصاياها للكبير والصغير. كانت دائمة السؤال عن الجميع في أيامها الأخيرة، وكأنها تدرك أن لحظة الرحيل قد حانت. انسلت روحها بهدوء، دون أن يفارق وجهها تلك الابتسامة الهادئة التي كانت تستقبلني بها كل ليلة عندما أدخل عليها لأقضي معها أطول وقت لدي..

حولتنا في لحظة إلى ذاكرة تسترجع أمومتها وصوتها ونداءاتها ونصائحها وكلماتها الحانية ودعواتها لنا... ردتنا

جميعا تلك اللحظة إلى طفولتنا، وكأن لحظة الموت هي لحظة استدعاء الماضي الجميل في حياة أمنا الغالية الحنون التي فاض حنانها ليشمل كل من عرفها.

ذكرتني لحظة رؤيتها مسجاة في كفنها الطاهر بنصيحة تلقيتها من إنسان أذكره بكل خير؛ قال لي ذات يوم إن الأمهات والآباء يصبحون حينما نكبر كما الضيوف لدينا، وعلينا أن نحسن ضيافتهم، وأن نحرص على الإكثار من الالتقاء بهم، للاستزادة من العطر الحاني الذي تصبغه الأمومة ولا يوازيه شيء في هذا الوجود. وقال لي لا تفوتي ليلة دون زيارتها وقضاء أطول وقت معها، وأن تفعلي كل ما بوسعك لكسب رضاها، فهي ليست بحاجة إليكِ، بقدر ما أنتِ في أشد الاحتياج إليها.. فهي مفتاح جنتك. وقال إنه ندم على كل ليلة لم يصلِ فيها أمه قبل وفاتها، ولا يريد لي الشعور بالندم.

وقد حرصت على العمل بنصيحته، فلم أضيع ليلة دون أن أراها، حتى إن جاءتني صديقة من قطر أو من خارجها؛ أصطحبها لنقضِ الوقت معاً في ضيافة أمي الحبيبة.

كنت أجد في الجلوس معها، والتحدث إليها ملاذا نفسيا جميلا، يعطر دواخلي بالسلام والسكينة، ويرفع عن كواهلي كل أعباء الحياة، ويجدد في ذاتي مشاعر الصفاء.

الأم.. هذا الكائن العظيم، هذا الحنان المجاني الذي هو أنقى وأصفى مشاعر تملأ النفس بصدق شفاف، وبحب جارف غير مشروط.

فرحمة الله على كل الأمهات اللاتي اختارهن الله.. والصبر والسلوان لنا جميعاً على هذا الفقد المؤلم الذي لا يمكن

تعويضه.. فرحيل الأم من أصعب الأمور، وخسارة لا يحس بها إلا من اجترعها. فهو ليس فقداناً لشخص، بل للكثير من المعاني الجميلة الرائعة التي لا توجد إلا في قلب الأم.. ذلك القلب الذي يعطي بلا حدود، ويمنح بلا قيود.

ليت الجميع يغتنم الفرصة بوصل والديه وبرهما، وسؤالهما الدعاء في كل لحظة، فهما مفتاح الجنة، وبابها.

□ جائزة نوبل

حرصت وأنا في "ستوكهولم" مدينة جائزة نوبل أن أزور المسرح الذي يشهد حفل تسليم تلك الجائزة التي يحلم بها الكثيرون. وحلمت متفائلة بالحصول على تلك الجائزة يوماً ما.. وتمنيتها؛ ليس لي فقط ولكن لمن كانوا معي. وقد تعجبوا لحلمي، ولكني قلت لهم لماذا لا نحلم بالحصول عليها، والأهم لماذا لا نعمل للحصول على تلك الجائزة التي لم تحصل عليها إلا تسع سيدات فقط على مدار تاريخها الطويل، ليس بينهن أي امرأة عربية.

واعتقد يقيناً بأنه حلم مشروع يمكن تحقيقه بالتصميم والعمل الجاد، فكل حلم قابل للتحقق طالما وضعه الإنسان نصب عينيه؛ على أن يكون من الأحلام التي نملك القدرة على تحقيقها، لا تلك الأحلام الفضفاضة التي يستحيل الوصول إليها.

إن الحلم إذا ما أصبح له جذور وفروع، وأدرك الإنسان تفاصيله بواقعية، وبذل الجهد الكافي في سبيل تحقيقه، ورسم خارطة لخطوات واثقة تؤدي إليه، والتزم بإتباع تلك الخطوط والخطوات.. فلا بد للأحلام يوماً أن تصبح واقعاً جميلاً.

تذكرت حواري مع الأصدقاء أثناء زيارتنا لمدينة ستوكهولم، وأنا أطالع الموقع الإلكتروني لجريدة الراية في مكتبي في جامعة أبرتي داندي في أسكتلندا.. وقرأت مقالاً للأستاذ بابكر عيسى مدير التحرير يشير فيها إلى حلم مشابه لحلمي.. وهو ما عبر عنه الأستاذ يوسف درويش في أمله أن تصل الطالبات المتفوقات في الثانوية العامة إلى جائزة نوبل..

وكما عبر الأستاذ بابكر بأن البعض رأى في ذلك الحلم شيئاً من المبالغة.. ولكني أعتقد بأن الأستاذ يوسف كان صادقاً في أمله، وأنه لا بد من أن نحلم لكي يتلون الواقع.. ولكن كما قلت ليست أحلام اليقظة التي تطفو على سطح خيالاتنا في لحظة سرحان نبني منها قصوراً كبيرة من رمال، أو رغبات غير واعية أقرب إلى خيالات الطفولة، ولكن لتكن أحلامنا صلبة نضع لبناتها دقيقة بدقيقة ويوماً بيوم.. ولتكن اللبنة الأولى في خيالنا، ثم نعمل بجهد لتحقيقها.. فكل اختراع على وجه الأرض بدأ بصورة ذهنية في عقل مخترعه، ثم تبلور ليصبح حقيقة تضيف إلى العالم، وتخدم البشرية، وتخلد اسم مخترعه.

إذن لنحلم.. ولنعمل على أن تتحقق أحلامنا بالفكر والعمل الجاد الملتزم، ودون أن نلتفت إلى من يسعون إلى هدم أحلامنا، أو وأدها قبل أن تولد..

صدقوني، مهما كبرت الأحلام؛ تتحقق بالإصرار والعزم والصدق مع الله ومع النفس.

❑ عندما يقول لك وطنك...

عندما يقول لك وطنك إن ما تقدمه هو محل تقدير وتشجيع...

عندما يجملك وطنك لأنك كنت حريصاً على تجميله والتجمل به...

عندما يقول لك إنك تستحق التشجيع والتكريم اللذين يقدمهما لك...

حينها لا تملك سوى القول : إن العمر لا يتكرر.. لكن ذاكرة الوطن تكرره وتخلده.

والوطن الذي يكرم مبدعيه هو وطن قيادة تنير وتستنير بالإبداع والمبدعين. فحينما تلتفت الدولة إلى نخبها المثقفة بهذه اللفتة السخية فتمنح جوائز تشجيعية لعدد من مبدعيها فإن ذلك لا يعكس فقط الصورة الحضارية التي تترسخ يوماً بعد آخر.. ولكنه يعكس كذلك ان مشروع التنمية في بلدنا واثق الخطى، واضح الأهداف، نبيل الغايات.

لا أقول هذا لأنني واحدة من المكرمات بهذه الجائزة ولكنها حقيقة يعرفها الجميع ويشهدون بها لقيادتنا الحكيمة التي تبني للعلم صروحاً غير مسبوقة، وتسرع في نهضة شاملة طالت كل البنى، حتى أن قطر اليوم وخلال عشر سنوات فقط حققت ما لم يتحقق في عقود طويلة.

إن هذه الجائزة التي تشرفت بها، تدفعني لبذل المزيد لأجل تحقيق الكثير من الاهداف والمشروعات التي آمل أن يطول العمر لانجازها والتي أطمح أن تكون عطاءً محدودا مقابل عطاء

سخي حصلت عليه معنوياً أكثر منــه ماديــاً.. واتمنــى أن تكــون هذه الجائزة أيضا وصالاً معُ ما بدأته مبكرا في محاولة لأن اقدم لبلدي شيئاً ما جديراً بالتذكر.

المشروعات التي أفكر فيها حاليـا تبـدأ مـع هـذه الجـائزة.. أليست جائزة تشجيعية، ألا يـدعو اسـم الجـائزة إلـى محاولـة الإبداع والتميز، والتحفيز على الفكر والإنتاج السخي الذي يصب في حاجة الناس واحتياجات المجتمع. سأحاول مـن جـ .ي بـذل كل جهودي في هذا المجال، إذ ان الجائزة بقدر ما هي تشـريف وقلادة من ذهب أضعها على صدري، فهي أيضاً تكليف للـذات بـأن تكون عند حسن ظن من وضع اسـمي فـي أول القائمـة للجـوائز التشجيعية في الدولة.

شكراً لحضرة صاحب السمو على هذه المبادرة.. وشكراً لولي عهده على تشجيع كل ماهو جديد.. وشكراً لحرم سـمو الأميـر، الشيخة موزة بنت ناصر المسـند.. هـذه السـيدة العظيمـة التـي تستحق أرقى أنواع الجوائز في عالم اليوم لأن ما تقوم به أكبر من أي تقدير وتكريم.

ولا انســى أيضــاً أن أتوجــه بالشــكر إلــى الـدكتور محمـد عبدالرحيم كافود هذا الرجـل العظـيم بفكـره وأدبـه وأخلاقـه وأدائه الوطني الرفيع.

وجزيل الشكر إلى الاستاذ المتميــز الاخ ســعود الغــانم الــذي بادر بالاتصال ليزف لي بشرى الفوز بالجائزة.

وليحفظ الله كل من عمل لأكثر مــن ثـلاث سـنوات لتـرى هذه الجائزة النور، وتصبح واقعاً حلمنا به جميعا.

وكم سعدت بكل من حضر ليلة التكريم.. ولكن أشد ما أسعدني هو إصرار بعض الشباب من ذوي الاحتياجات الخاصة لحضور الحفل.. فحين يأتيك شخص بكامل عافيته لتشجيعك أو للتعبير عن فرحته بك وهو في كامل بنيانه الجسدي فذلك أمر جميل ومفرح.. لكنه أمر عادي وعام.

وان تحزم بعض الصديقات حقائبهن ويأتين من بلاد أخرى لمشاركتك، فبالتأكيد هذا مصدر سعادة ومحل تقدير...

ولكن...

حين يأتيك هؤلاء الشباب على كراسيهم أو أسرّتهم، فإن هذا هو الفرح الحقيقي.. فكم وكم سرني هذا الحضور الإنساني لذوي احتياجاتنا لهم.. وحين أقول احتياجاتنا لهم أعني بصدق ان هذه الفئة هي امتحاننا الحقيقي أمام مدنا الإنساني.. لذا نحن الأحوج لهم، فمن خلالهم نشعر بكم نحن قاصرون ومقصرون.

فشكراً لكم أيها الشباب لإسعادي بحضوركم وإسعاد أكثر الحاضرين كذلك.. وكم كانت لفتة رائعة من الشاعر الرائع عبد الرحمن الأبنودي أن يترك طاولة كبار الشخصيات ويأتي ليكون معنا أنا وأصدقائي ذوي الاحتياجات الخاصة..

شكراً لكل من فرح لي..

وفرح معي..

وفرح من أجلي

□ خطأ التصورات المسبقة

كانت لدي أفكار مسبقة عن الحياة في الغرب؛ خاصةً في أوروبا؛ وكيف أن الحضارة الغربية أجبرت الفرد على أن يعيش لذاته، كما جعلت الإنانية المفرطة والمصالح الخاصة أساساً للعلاقات. وعندما سافرت إلى أسكتلندا في بعثة للحصول على درجة الدكتوراة من جامعة "أبرتي داندي" وطنت نفسي على حياة لها خصوصيتها، إلا أنني اكتشفت أن هذه التصورات المسبقة ليس لها أي أساس من الصحة، وأنها لا تعدو ان تكون صوراً مزيفة عن واقع الإنسان هناك.

ربما تصلح هذه التصورات في المدن الكبيرة مثل لندن، والتي تكررت زياراتي لها للعلاج، فالبقاء في لندن لم يساعدني على تجاوز تلك العنصرية، بل زادت رسوخاً خاصةً مع ارتباط هذه المدينة بالألم والبقاء في المستشفى لشهور طويلة والعمليات الجراحية المتكررة من عملية القلب المفتوح إلى الولادات القيصرية. هذه التجارب العلاجية المؤلمة حرمتني من الالتفات إلى ما تتمتع به بريطانيا من جمال.

ضحكت من انطباعاتي السابقة عندما تذكرت لندن وأنا أحزم حقائبي لأواصل دراستي في بريطانيا، ولعل مرحلة النضج تمنحك مساحة أكبر للتأمل، أو ربما ما لمسته في مدينة داندي في أسكتلندا من ترحاب ومودة ودفء من الجميع؛ ساهم في تغيير نظرتي إلى الإنجليز، وإلى بريطانيا، فوجدت الدافع لاستكشاف جمال الطبيعة هناك. ساعد على ذلك أنني بدأت الدراسة مع بداية فصل الصيف؛ أجمل فصول السنة هناك؛ فتوطدت صلات الألفة بيني وبين المكان والأشجار والعديد من

أنواع الطيور التي لا تفارق شرفة شقتي الصغيرة في الطابق الرابع والأخير من البناية، وتلك الجبال الخضراء التي أنام على سحر منظرها وهي تطل من نافذة غرفتي الصغيرة، بينما أصحو على صوت تغريد الطيور؛ وأحياناً صوت المطر؛ الذي بقدر ما أفرح لهطوله؛ بقدر ما يستاء الناس هناك منه ويضجرون.

"داندي" المدينة الصغيرة التي يقول أهلها الطيبون إنها أجمل مدن أسكتلندا؛ استطاعت وأهلها أن يغيروا فكرتي المسبقة عن بريطانيا وبرودة ناسها التي تفوق برودة طقسها. فأهل هذه المدينة الصغيرة التي تنتمي إلى المناطق الريفية؛ بلغوا درجة عالية من التعاون والتفهم والتحضر.

طلبت من إحدى السيدات التي التقيتها في نادي نسائي للياقة أن ترشح لي مدرسة لألحق صغيرتي بها، فلم تكتف بمجرد ذكر المدارس القريبة، بل تطوعت بكل مودة في شرح ميزات وعيوب كل مدرسة والفروق بينها. ومع انها تقوم بالتدريس في مدرسة خاصة باهظة التكاليف؛ وهي المدرسة التي كنت انوي إلحاق ابنتي بها لمجرد انبهاري بالمبنى الضخم والاسم الرنان لها؛ إلا أنها قدمت لي نصيحة صادقة وبتجرد شديد عن وجود مدارس أخرى أقل تكلفة ومتميزة في خدماتها التعليمية...

وكم كانت رائعة وهي تقدم النصيحة؛ بعيداً عن معايير المصالح، أو حجب الحقيقة لتعزيز مصالحها في ترشيح المدرسة التي تدرس بها.

وليست هذه حالة فردية استثنائية، فما إن تسأل عن مكان ما، إلا وتجد من يدلك فوراً، ويصف لك الطريق بدقة واهتمام، حتى ان البعض قد يتطوع بمرافقتك حتى يدلك على المكان من أقرب موقع له.

وهذا السلوك المتحضر ليس موجهاً فقط للآخر، ولكن أيضاً للمكان والأشياء والبيئة والنظافة والأمانة... إلخ.

فعلى سبيل المثال، طريقة بيع الصحف في الغرب، تنم عن ثقة كبير بالفرد وأمانته، فالصحف توضع في أماكن خاصة في الشارع العام، وما على القارئ إلا أن يسحب نسخته ويضع ثمنها في مكان مخصص. وبوسعه أن يسحب أكثر من نسخة، او حتى أن يأخذها دون أن يدفع ثمنها، ولكن سواء في بريطانيا أو امريكا لم أشاهد إلا سلوكاً متحضراً راقياً.

وهناك العديد من الصور الأخرى؛ ربما لم تتاح لي الفرصة لأتبينها الكثير منها. فالحياة هناك لها إيقاعها المختلف، ولها شكلها الجديد الذي يحتاج إلى أيام وشهور لاكتشاف وتجريد العوامل التي ساهمت في تشكيل السلوك الأوروبي المتحضر والإنساني. وكذلك اكتشاف الأسباب التي أدت إلى تكوين صور مسبقة مغلوطة ينفيها الواقع والمعايشة.

❑ الغضب العاقل

تنوعت ردود الفعل الغاضبة على تصريحات بابا الفاتيكان بخصوص الإسلام، حيث ادت هذه التصريحات إلى استياء واسع في العالم الإسلامي.. وكان من الطبيعي أن ننصت بإمعان إلى ردود فعل قادة العالم الإسلامي ورموزه الدينية، وكيف انهم طالبوا البابا بالاعتذار عما بدر منه، وفي صدارة المواقف الناقدة لتصريحات البابا كان ما صرح به الدكتور يوسف القرضاوي في برنامج الشريعة والحياة بقناة الجزيرة حيث دعا إلى ما أسماه الغضب العاقل.. كما دعا إلى التراجع عن ردة الفعل المخربة التي وجهت إلى بعض الكنائس في فلسطين والعراق والصومال، وإلى التراجع كذلك عن ردة الافعال القاتلة كما حصل مع الراهبة ذات السبعين عاما والتي تم اغتيالها من واحد ممن تملكتهم ثورة الغضب.

وقد استوقفتني فكرة الغضب العاقل.. فالغضب بطبيعته قد لا يعرف العقل، ولكن ترويض الغضب من المناهج التي دعا إليها إسلامنا الحنيف حيث قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : "لاتغضب" مع أن الغضب سلوك متجذر في الطبيعة النفسية للإنسان.. فما معنى هذا التوجيه النبوي الكريم؟

في تقديري ليس المقصود به ألا يغضب الإنسان، وإنما أراد الرسول عليه الصلاة والسلام أن يوجهنا إلى ضرورة أن يأخذ الغضب صورة أكثر رقياً وإنسانية ونفعاً وإيجابية، بدلاً من صور العنف والتخريب التي نراها هذه الأيام.

وقد سبق وتناولت هذا الغضب العاقل في أحد كتبي التي ترجمتها من اللغة الإنجليزية وكان بعنوان "عدوانية أقل - كيف تحول الغضب والعدوانية إلى افعال إيجابية".

إن الغضب العاقل مطلب نفسي لكن ليس من المطلوب الخنوع في مواجهة الطغيان، أو الاستسلام في مواجهة فكرة هدامة، بل علينا أن نقابل ذلك بالغضب، ولكن بشرط أن يكون غضباً عاقلاً، أو كما أطلق عليه الأستاذ الدكتور القرضاوي غضباً غير فاقد للرشد، وأن يكون تعبيرنا أكثر تحضراً مما يرد في الاتهامات التي توجه لديننا.

الغضب العاقل أيضا هو بتوجيه خطاب عقلي داحض لهذا الفكر الهجومي، ومقابلة النقد بتفنيد ودحض نستطيع معه أن ننفي كل ما يقال عن الدين الإسلامي الصحيح من افتراءات، مما يتناقض مع أصول هذه الشريعة السمحاء.

ولذلك فإن المطلوب في هذا الغضب العاقل أن يتسلح بالرأي والفكر وتفنيد هذه الدعاوى الزائفة. حينها يكتشف أولئك الذين يحاولون إثارة عالمنا الإسلامي أن وسائلهم قد طاشت، ذلك أن التطرف في الإساءة بل والإساءة من الأساس هي دعوة لبث العداوات بما يتناقض مع ما يصبو إليه عالمنا، وما يدعو إليه أصحاب العقول المستنيرة من التواصل والحوار بين الأديان والشعوب والحضارات بغية التوصل إلى صيغة من العلاقات الإنسانية التي تبتغي خير البشرية، وإعمار الأرض، وخلق عالم جديد يسوده السلام والاستقرار، لا تعبث فيه آفة العداوة والفساد والتطاول على الأديان.

ليس بوسعها ألا تفوح مزارع الدراق

لم يخطئ من شبهوا لبنان بطائر الفينيق؛ لا يهوي، ويملك أجنحة رفرافة قوية يستطيع بها التحليق إلى أبعد الآفاق، والسطوع في سماواته.

ورغم الألم الشديد الذي يعتصر قلوبنا جميعاً لهذا الدمار البشع الذي طال كل شيء جميل في لبنان: البشر والحجر والبيوت والمدارس.. الطرق والجسور.. الموانيء والمطار. ورغم التدمير والخراب، إلا أنني على ثقة بأن لبنان قادر على الوقوف ثانية، وتجديد كل ما تحطم، وتحويل الركام الهائل لبنيته التحتية إلى جبل ينطلق من فوق ذروته طائر الفينيق ثانية، ويحلق عالياً كما عهدناه على مدى الأزمان.

اعتصر قلبي وأنا أرى بساتين الموز تُقصف، والدراق يتناثر على الأرض، وأشجار الرمان والتفاح تحترق، والحياة تتحول إلى جحيم... ولكن بقدر هذه المحنة سيكون النهوض اللبناني سريعاً، وستكون إعادة بناء لبنان من جديد مهمة ليست لبنانية فقط ولكنها عربية أيضاً.

لبنان هذا البلد الوديع الجميل العاشق للحياة؛ مصدر الثقافة الخصبة المعطاءة، والرافد الثقافي الذي لا يجف، يسعون إلى تدميره، ولكن... سيظل طائر الفينيق يحوم ويفرخ أفراخاً من جديد، لتتواصل وظيفة لبنان الثقافة والحضارة، ولتظل بيروت كما تغنى بها كل الشعراء الذين احتضنتهم، وكل العقول التي أبدعت في مناخاتها الرائعة وجمالها الآخاذ.

بيروت لا تموت ولا يستطيع أحد مهما بلغ عنفوانه وظلمه ان يؤثر فيها.. بل هي التي تؤثر في الآخرين.. بل وستؤثر أيضا في الذين قصفوها بطائراتهم في جبن ظاهر بعدما عجزوا عن شجاعة المواجهة مع مقاومتها البطلة.

بيروت لا تموت وستظل مزارع الدراق تفوح فكما قال نزار.. للحب رائحة وليس بوسعها الا تفوح مزارع الدراق

ستفوح مزارع الدراق وتملأ الأجواء بعطرها، وتصرد روائح الحقد والبغض، فهي أقوى منها.. وابقى.

☐ حفل افتتاح الشفلح :
غردت العصافير وأشاد الجميع

في حفل الغداء الذي دُعينا إليه من قبل سمو الشيخة موزة بنت ناصر المسند، بمناسبة الافتتاح الرسمي لمبني الشفلح لذوي الاحتياجات الخاصة.. كانت زوجة رئيس مجلس الوزراء البريطاني توني بلير تتحدث في قاعة مغلقة في ذلك المبنى الكبير.. وفي داخل تلك القاعة غردت مجموعة من الطيور والعصافير في الفة، وكأنها تعزف معها موسيقي طبيعية تتناغم مع كلمتها.

العصافير في القاعة والتي حامت في الفة لافتة للحضور كانت كما القيثارة تموسق الكلمات وتجعل للنغم مكاناً يضيف إلى كلمات مسز بلير، كما لو أن هذه العصافير جاءت مصداقاً وتأكيداً للمعاني العظيمة والراقية التي وردت بكلماتها من حب للمعاقين ودعوة إلى رعايتهم وتقبلهم.

الطبيعة أحياناً تكون مصدراً للإلهام، وصورة يستشف منها المرء الجمال والروعة والصدق.. في هذا اللقاء كانت الطبيعة وصدقها، والإنسانة الجميلة بعظمة أدائها، والكلمة المعبرة الصادقة التي برعت بها مسز بلير في إقرار واقع يشيد بجهود سمو الشيخة موزة في مجال رعاية المعاق.. هذه الجهود التي أصبحت محل تقدير دولي.. وأصبحت التجربة القطرية في مجال رعاية المعاقين مصدراً للاقتداء ومنهلاً لتطبيق العديد من الدول، بعد أن أثرت سموها هذه التجربة برعايتها وعنايتها على خلفية فلسفية تؤمن بالإنسان وطاقاته وتسعى إلى تفعيل قدراته، وتؤمن بأهمية التعاضد بين من يقدر ومن لا يقدر.

مسز بلير حينما تناولت في كلمتها هذا الجانب المشرق في جهود بلدنا الحبيبة قطر، والذي يضاف إلى جهود عظيمة في مجالات أخرى، كانت تعبر بصدق عن إعجابها بهذه الجوانب المشرقة في تاريخ قطر الحديث.

لقد استمع الحضور إلى الكلمة الجميلة على أنغام العزف الطبيعي للطيور.. تلك الكائنات البديعة التي حضرت إلى قاعة الحفل بدون دعوة، لكنها أضافت إلى الحفل روعة وبهاء..

أثارتني شخصية مسز بلير والتي التقيناها في حفل الغداء في مبني الشفلح الجديد ثم في حفل العشاء الذي أقيم في الريتز كارلتون.. وشعرت بالفخر مرتين أولهما لإشادتها الرائعة بجهود سمو الشيخة موزة بنت ناصر المسند ورعايتها للمعاقين..وثانيهما عندما أشادت بتجربة قطر وبالأدوار العظيمة التي تؤديها في مجالات رعاية الإنسان وتنميته وتعليمه..

حينما تصدر الشهادة من شخصية مثل شخصية مسز بلير فإن الفخر يتضاعف في النفس، فتشحذ الهمم نحو المزيد من الجهد لتظل قطر دائما رائدة في هذه المجالات، ونموذجاً يُحتذى به.

إن هذا الحفل من خلال التنظيم المميز والحضور المتنوع؛ هو نتاج عمل متواصل وجهود جبارة بذلت من جميع القائمين على مركز الشفلح لذوي الاحتياجات الخاصة وفي مقدمتهم السيد حسن على بن علي، والدكتور خالد بن جبر آل ثاني، والدكتورة غادة الفقيه، والسيدة سميرة القاسمي.. وكل من عمل بجهد وإنكار ذات حتى تحقق الحلم، وتم افتتاح هذا المركز العظيم بأدائه وخدماته الموجهة لصالح فئة تحتاج إلى دعمنا جميعاً. وأتمنى أن تطور هذه الخدمات لتشمل كل طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة في قطر.

□ لنعش معهم وليس من أجلهم

"المرأة كائن يضحي من أجل الآخرين"

هذا هو آخر ما توصلت اليه الأبحاث العلمية، وربما تفسر هذه النتيجة العلمية التي توصل إليها فريق من الباحثين في بريطانيا، المكانة الخاصة للمرأة في المجتمع. ويؤكد البحث أن ثلثي السيدات يبدين اهتماماً بصحة الأسرة والأصدقاء أكبر من اهتمامهن بصحتهن، وقال البحث الذي صدر عن معهد القلب البريطاني إن المرأة بطبيعتها على استعداد للتضحية بصحتها من أجل المحيطين بها. وأضاف أن ٢٠% من السيدات اللاتي شاركن في البحث أكدن أنهن لا يبدين اهتماماً بصحتهن على الإطلاق.

وأوضح ريك أوجورمان الخبير في علم النفس والمتخصص فيما يسمى بـ"حب الغير" من جامعة أسيكس البريطانية أن الامهات بشكل خاص مشهورات بالتضحية بأنفسهن من أجل رعاية أبنائهن. وقال إنه من وجهة نظر علم النفس فإن الأمهات أكثر اهتماماً بالإبقاء على الذرية من رعاية صحتهن ورفاهيتهن. ولكنه قال أيضا إن سلوك الإنسان بشكل عام سواء السيدات أو الرجال يميل إلى حب الآخرين. وأن أغلبية البشر يبدون اهتماماً كبيراً بصحة ورفاهية المحيطين بهم سواء الأقارب أو الأصدقاء.

وقال أوجورمان إن ما تبديه المرأة من حرص أكبر على المحيطين بهن مرتبط بشكل أساسي بالسلوك الاجتماعي الذي يعتدن عليه منذ الصغر. موضحاً أن ان السيدات الأكبر سناً يبدين اهتماما أكبر بالمحيطين.

وتؤكد بليندا ليندين الباحثة في معهد القلب البريطاني أن النساء يمكن أن يكن أسوأ عدو لأنفسهن عندما يتعلق الأمر بالاهتمام بأنفسهن صحياً حيث يتجاهلن مطالبهن في سبيل رعاية من حولهن.

أما الجانب المظلم في الدراسة، فيكمن في أن آلاف السيدات يمتن سنوياً بسبب أمراض القلب والدورة الدموية الناتجة عن الضغوط التي يشعرن بها، والقلق على الآخرين، مع إهمال صحتهن. وتؤكد جميع الأبحاث التي أجريت مؤخراً أن المرأة أكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب مقارنة بالرجال.

وإذا كانت هذه هي نتائج البحث الذي أجري في بريطانيا المعروف عن نسائها اهتمامهن بأنفهسن. فماذا لو تم تطبيق دراسة مماثلة على المرأة العربية؟ أظن ومن من خلال تعاملي مع شرائح مختلفة من النساء العربيات، أن النتيجة ستبين مدى إهمال المرأة لنفسها مرات مضاعفة عن نتيجة البحث في بريطانيا.. فأغلب النساء العربيات للأسف يهملن أنفسهن بمجرد أن يرزقن بأطفال، ويكرسن حياتهن لأطفالهن دون الالتفات إلى صحتهن ورعاية أنفسهن.

لا ننكر على النساء اهتمامهن بأطفالهن وبالآخرين، ولكن عزيزتي...لا تنسي نفسك أبداً واعملي لدنياك ولآخرتك أيضاً.

وكما أقول للنساء في أغلب محاضراتي ودوراتي التدريبية: "لنعش معهم، وليس من أجلهم".

□ مهرجان الدوحة الثقافي

تحول مهرجان الدوحة الثقافي إلى نقطة اشعاع فكري وحضاري وثقافي في عالمنا العربي الذي تراجعت فيه حركة الثقافة تحت وطأة الحدث السياسي الصخب والمعاناة الحياتية اليومية المرهقة.

مهرجان الدوحة الثقافي الذي يتطور عاماً بعد آخر، اشتمل على عدد من الفعاليات التي جعلت منه بيئة ثقافية خصبة معطاءة حافزة على الإبداع، ثرية برموز الثقافة العربية الذين يسهمون بتفاعلهم في تجديد الحركة الثقافية. عامرة بالرؤى والأفكار التي بتلاقيها تزخر المكتبة العربية. ومن هذه الفعاليات "حفلات توقيع الإصدارات الجديدة"

وقد سعدت أن يخصص أول حفل توقيع في هذا العرس الثقافي لكتابي الصادر عن المجلس الأعلى للثقافة والفنون بعنوان "مهارات الإرشاد النفسي وتطبيقاته"، وهو الكتاب الذي أقوم بتدريسه كمقرر جامعي لمادة "مقدمة في الإرشاد" والذي حاولت أن أقدم فيه للطلبة والطالبات أحدث النظريات في العلاج والإرشاد النفسي وتطبيقات عملية لكل نظرية.

وتوالت حفلات توقيع الكتب للعديد من الكتاب والشعراء حتى آخر أيام المهرجان، وهو ما يعني أن النتاج الثقافي يتصل ويتواصل مما يشكل حافزاً للمبدعين والمفكرين والمثقفين لإثراء المشهد الثقافي العربي بنتاجهم الفكري والأدبي.

الدوحة وبحق أصبحت شجرة وارفة يستظل في ظلها المثقفون كل عام، قطوفها متنوعة الأشكال والألوان من أنشطة

وفعاليات، يتصدرها المقهى الثقافي الذي يعد قبلة التقاء لضيوف المهرجان من الكتاب والنقاد والمبدعين والإعلاميين ودور النشر والأكاديميين... هذه الفكرة التي صاغها المقهى الثقافي واقعياً، تحتاج إلى نقلها إلى المشهد الأكاديمي بتشكيل ملتقى للاكاديميين في الجامعة لبحث ومناقشة قضايا ومحاور البحث العلمي وانشطته... وأتمنى أن تبادر كلية التربية بإقامة مثل هذا الملتقى لكونها الكلية الأم وتضم أكبر عدد من أعضاء الهيئة التدريسية والموظفين والأخصائيين.

لم تعد الدوحة فقط عاصمة دولية للطاقة، وعاصمة دولية للرياضة، ولكنها أصبحت بهذا المهرجان عاصمة للثقافة العربية، ونقطة جذب للمثقفين العرب من كل مكان.

سعدت كثيرا بمتابعة هذا المهرجان الذي تم تنظيمه باتقان وعناية، مما يدلل على أن الجهد المبذول في تنظيم هذا المهرجان كان جهدا متخصصاً واسع الافق قادراً على الإبداع في عالم المبدعين.

وكل مهرجان ثقافي والجميع متألق وسعيد.

☐ رحلة إلى كوكب المريخ

كما أن شبكة الإنترنت مدهشة وعجيبة، كانت الرسالة التي جاءتني جاءتني عبر البريد الإلكتروني أكثر غرابة، فهي ليست مجرد رسالة، وإنما دعوة؛ وأي دعوة؛ لزيارة كوكب المريخ!

لقد تلقيت الكثير من الدعوات لحضور فعاليات ومؤتمرات وملتقيات في كل أنحاء العالم تقريباً.. ولكن هذه الدعوة في حد ذاتها كانت الأكثر مفاجأة لي، ولم يخطر ببالي أنني سأتلقى مثلها يوماً ما.

إن مثل هذه الدعوة هي بحساب البعض فانتازيا أو ضرب من المستحيل، ولكنها بحساب العلم؛ وربما في الغد القريب؛ ستكون واقعاً معاشاً، ومطلباً لكل من يملك حب المغامرة والاستكشاف، والأهم أن يملك رصيداً في البنوك.

دعاني إلى هذه الرحلة العالم الكبير الدكتور فاروق الباز، أو بالأحرى رشح اسمي لوكالة الفضاء الإميركية "ناسا" والتي وصلتني منها الدعوة.

كنتُ قد قابلت الدكتور الباز لأول مرة قبل بضعة أشهر في مدينة الدوحة، وكان لي حظ تبادل الحديث معه، وكان لحديثه طابع خاص حول الآفاق التي يمكن أن يصل إليها العلم في استكشافه لمدارات وكوكب وعوالم أخرى لا زالت تمثل لغزاً محيراً. لم أكن لأجاريه معرفةً في هذا المجال، ومع ذلك فإن أسئلتي وانطباعاتي التي تصورتها بسيطة، أثارت دهشته، وتركت لديه انطباعاً أسعدني، مما دفعه لترشيحي لهذه الدعوة بعدما وضعت وكالة ناسا اسمي على قائمة المدعوين لزيارة المريخ،

وهي القائمة التي ضمت عدداً من أشهر الشخصيات في العالم. لذا لم أتردد في قبول الدعوة إلى الكوكب الذي يعد حلماً للفضائيين أنفسهم، فكيف لا يكون مثيراً للأفراد العاديين.

الدعوة التي تلقيتها تحت عنوان "الهبوط إلى المريخ" تدعو إلى اكتشاف عجائب عالم الفضاء، والتمتع بقضاء وقت على سطح المريخ. وها أنا في انتظار انطلاق تلك الرحلة العجيبة، فهل سيحقق العلم هذا الحلم يوماً ما؟ ليصبح بوسعنا السفر إلى الكوكب المثير في نزهة سياحية فضائية؟ وهل بالفعل سنجد حياة أخرى هناك؟

التساؤلات كثيرة، والغموض الذي يلف هذا الكون الفسيح أكبر كثير من مداركنا، وستظل الإجابة عن هذه التساؤلات هي الشغل الشاغل للعلماء؛ اليوم وغداً وفي كل وقت.

بقي أن أقول إن من سيهبط على المريخ هي أسماء عشرة آلاف شخص ممن رشحتهم هيئة أبحاث الفضاء الأميركية "ناسا"، ووضعتها على قرص مدمج وأرسلته على متن المركبة الفضائية التي ستهبط على كوكب المريخ، الكوكب الحلم.

☐ تبادل الأفكار والأحاسيس عبر المسافات

لا يستطيع المرء أن يلتزم الصمت المطبق لفترات طويلة، لأن الذين قالوا إن الإنسان كائن اجتماعي ناطق كانوا بالفعل يقصدون أن اجتماعية الإنسان تنشأ من خلال الحوار مع الآخر، هذا الحوار الذي يبدد الوحدة ويشعر الإنسان انه في عالم حي ينبض بالحركة، وقد تتغاير لغات الحوار، فليس الحوار بالضرورة بالكلام المنطوق، ولكن هناك أنواع أخرى من لغة الحوار قد تتضاءل أمامها قوالب اللغة ومفرداتها... إذ ان الحوار بالقسمات والمشاعر قد يكون أكثر تعبيراً وأعمق من الحوار بالكلمات.. وكم تغنىالشعراء بلغة العيون.

كما أن هناك الحوار الخفي عن طريق الاتصال الفكري عبر الجغرافيا بين اثنين، فهناك حوارات تتم بين طرفين بينهما آلاف الاميال دون أن يلتقيا.. وهذه القدرات ما زالت إلى الآن محل بحث قد يراه البعض هرطقات أو خزعبلات أو أموراً لا تصدق.. ولكن تاريخ العلم الإنساني عودنا أن ما هو غير قابل للتصديق الآن قد يكون في المستقبل حقائق مجردة.. فلا يزال أمام المستقبل الإنساني الكثير والكثير من الغيبيات والأسرار العالقة في الأثير لا تراها العين المجردة، بل لا يتخيلها المرء، وقد تتناقض في فحواها مع منهجية البحث العلمي المتاحة حالياً.

ولا يعني حينما نقول انه تحدث أحياناً حوارات يسميها البعض اتصالاً فكرياً أن هناك مزاعم أو افكاراً غير تقليدية نحاول أن نلبسها ثوب الحقيقة، أو أن ثمة دجل نسعى لتحويله إلى أفكار قابلة للتصديق.. فما نراه من تطورات في عوالم الاتصالات من تحويل الذبذبات إلى أصوات، أو تحويل الجزيئات

الأثيرية إلى صور يتم تناقلها عبر القارات في أقل من ثانية؛ هو أمر ما كان ليصدق... فلماذا لا نصدق أن الأثثار أيضا يمكنها الانتقال عن طريق ذبذبات أو موصلات غير محسوسة أو مرئية؟

هناك حالات كثيرة يحدث فيها التقاء فكري بين شخصين بينهما مسافات شاسعة، وقد يكون هناك أيضاً احساس متبادل بينهما، فيشعر كل طرف بأحاسيس الآخر أو معاناته أو آلامه، وهو ما لا يمكن تصور حدوثه بصورة عفوية، ولكن هناك قوانين تحكم مثل هذه العلاقة، إلا أنها لم تكتشف بعد، ولم يستطع العلم فك شفراتها.

ولعل العلاقة بين الأم وأبنائها حين تشعر بهم على بعد آلاف الأميال، لأصدق دليل. فالعلاقة المرهفة والحساسة والخاصة جدا بين الأم وأولادها التي يحدث من خلالها هذا الاتصال الفكري والروحي والحوار اللامسموع عبر المسافات الأثيرية لا يأتي عفويا أو مصادفة، ولكن نتاج قوانين أشبه ما تكون بالفاكس الروحي بين الطرفين بحيث تتبادل المشاعر والأحاسيس عبر المسافات... وليس الأمر قاصراً على العلاقة بين الأمومة والبنوة وإنما يمتد أيضاً ليشمل كل علاقة بين طرفين، إذا ما كانت على درجة من العمق والتوحد والصدق.

وعلى الرغم من المعطيات العلمية المحدودة في مجال الاتصال الفكري والروحي، إلا أن هناك معاهد علمية وأقساما في بعض الجامعات متخصصة في تدريس هذه المعطيات، وهناك العديد من الأبحاث، وإن كان تقدمها يسير بمعدلات بطيئة نظراً لصعوبة هذا الجانب العلمي واتصافه بالغيبية..

لكننا عهدنا من العلم ودأبه أنه لا يقنع بالمتاح، ولا يكف عن محاولات الاكتشاف والابتكار.

❑ وجوه في الزحام

خلال مراحل حياتنا المختلفة، نلتقي وجوهاً عديدة، بعضها يترك فينا أثراً لا تذروه رياح النسيان، وبعضها يترك فينا بصمات مؤثرة.. كما أن بعضهم تتلاشى ملامحه وتغيب آثاره بمجرد المفارقة.. ولكن هناك أناس وهبهم الله ذاكرة حديدية يحفظون أسماء كل من يلتقون بهم، بحيث أنهم يستدعونها فوراً إذا ما قابلوهم.. بينما هناك آخرون لا يتذكرون هذه الأسماء حتى لو كان لها تأثير واضح على حياتهم.

يقول علم النفس إن الذين يتعودون حفظ أسماء الآخرين هم أناس اجتماعيون، ويجيدون إقامة الوشائج والصلات مع محيطهم الاجتماعي.. أما أولئك الذين تتبخر من ذاكرتهم أسماء الآخرين فإنهم على العكس من ذلك، أي أنهم ليسوا اجتماعيين.. إذ أن حرص الإنسان على هذا المحيط الاجتماعي يجعله وثيق الصلة بكل تفاصيله كما يجعله حافظاً لشخصيته، وإذا ما ذكرت للآخر اسمه بعد غياب فإنك تشعره بقيمته لديك.. أما إذا اكتشف الآخر أن اسمه قد تبخر من ذاكرتك رغم أهميته لديك ورغم علاقته الوطيدة بك، فإن ذلك قد يجرح شعوره أو يشعره بدونية قيمته لديك.

وهناك أسماء التقيناها في طفولتنا ولكننا لازلنا نحفظها ونكون على استعداد دائم لتذكرها إذا التقيناها.. ولكن يحدث أحياناً أن نلتقي بإنسان ما بعد فترة غياب لسنوات طوال، فلا نتذكره من خلال الشكل، ثم نبذل طاقة ذهنية عالية للبحث عن اسم هذا الشكل من بين ركام الأسماء التي قابلناها، إلا أنه في بعض الأحيان يكون ذلك دون جدوى.

ولعل النموذج الواضح لقيمة حفظ الإنسان للأسماء هو ما يتبعه الطبيب أو المعالج النفسي مع مريضه، إذ يحرص في جلسة العلاج التالية أن يقرأ ما سبق أن دونه عن الحالة، وأسماء الأشخاص ذوي العلاقة بحالة المريض النفسية.. فالمريض حينما يستشعر اهتمام معالجه النفسي بحالته وإدراكه لجميع تفاصيلها، فإن ذلك يوطد علاقته به، وهو ما يعتبر ضرورياً للغاية في مد جسور الثقة مع المريض.. ومن ثم يمكن تسيير عملية العلاج في سلاسة وبلا تعقيدات... والنموذج الثاني هو علاقة المدرس بتلاميذه، فكلما شعر التلميذ أن مدرسه يحفظ اسمه ويناديه به، كلما كان البعد الاجتماعي في العلاقة التربوية بين المعلم والتلميذ أكثر إيجابية، مما يؤدي إلى اثمار العملية التعليمية... كذلك في محيط العمل يكون لمناداتنا لبعضنا بأسمائنا دور في تهيئة جو صحي للعمل.

وهكذا فإن حفظنا لأسماء الآخرين يعد أحد السبل الاجتماعية التي تضمن علاقة جيدة معهم.. بينما نسيان الأسماء لحظة اللقاء، قد يخدش مشاعر الآخرين اجتماعياً أو نفسياً. لذا من الضروري في هذه الحالة، اللجوء إلى الاستدراك الذكي على نحو يخرج الآخر من الشعور بالمهانة أو عدم الأهمية في حياتنا، كأن نستعيد مثلاً حدثاً يؤكد له تذكرنا لوقائع كان هو بطلها، أو أن نستدعي على عجل موضوعاً ما نتحدث فيه حتى نمنح ذاكرتنا فرصة إحداث الارتباط الشرطي بين الشكل والاسم ومن ثم ننشط الذاكرة لتتذكره.

غير أن البعض تصاب ذاكرته بدرجة ما من الزهايمر الذي لا علاج له، حينئذٍ علينا أن نعترف للآخرين بأننا مصابون بضعف الذاكرة، ونكرر الاعتذار كي لا نخدش كبرياءه.

☐ لماذا لا نختار أسماءنا؟

لا يمكن أن ننكر أن الاسم يلتصق بالإنسان التصاقاً أزلياً، حتى يصبح كفصيلة الدم التي من المستحيل تغييرها.. لكن لو أمكن تغيير الاسم في سن مبكرة قليلاً، وقبل أن يبدأ الإنسان حياته العملية، فقد يصبح الأمر أكثر تقبلاً.

قد تكون الدعوة غريبة بعض الشيء بأن يختار الإنسان اسمه؛ خاصة إن كان أحد تلك الأسماء التي قد تسبب الإحراج أو الضيق، أو تكون محل استهزاء وسخرية الآخرين، أو متعارضة مع معتقدات الفرد أو مكانته. لكن السنة النبوية تذكر لنا أمثلة كثيرة قام فيها رسول الله صلى الله عليه وسلم بتغيير أسماء بعض الصحابة بعد إسلامهم، لا سيما الأسماء التي تتعلق بالوثنية، أو التي تدل على معانٍ قبيحة. فعن ابن عمر رضي الله عنهما روي أن رسول الله صلى الله عليه وسلم غيّر اسم "عاصية" إلى "جميلة". والصديق أبو بكر رضي الله عنه كان اسمه في الجاهلية عبد الكعبة، فسماه رسول الله عبد الله. وأبو هريرة؛ كان اسمه في الجاهلية عبد شمس فسماه رسول الله؛ عبد الرحمن. وسهل بن سعد الساعدي الخزرجي كان اسمه في "حزناً" فلم أسلم سماه الرسول صلى الله عليه وسلم "سهلاً".

ومن الضروري أن يكون تغيير الاسم في سن مبكرة، قبل التصاق الاسم بالإنسان لدرجة يصعب معها أن يتخلص منه.

أحد الأصدقاء قام منذ فترة بتغيير اسمه في الأوراق الرسمية وجواز السفر، وحاولت كثير أن أناديه باسمه الجديد، وربما نجحت في بعض المرات، لكن كلما كنت أتذكره أو يمر بخاطري؛ يتبادر إلى ذهني اسمه القديم الذي ارتبط به، وانطبع

في ذاكرتي بحيث لم أفلح في إزالته رغم محاولتي. فالاسم بعد سن معين يصبح جزءاً من الشخص، ومهما كان الاسم الجديد الذي يختاره جميلاً ومحبباً، لكن يظل الاسم الأول الذي صاحبه منذ ولادته هو الأبقى. لذا يجب الحرص على الاختيار السليم لاسم الطفل منذ البداية.

وقد يكره الإنسان اسمه لسبب ما، ولكن عندما يصل إلى مرحلة معينة بقناعة مختلفة وفكر أكثر نضجاً ومعرفة أكثر عمقاً؛ تتغير نظرته إلى اسمه، وقد يحبه، أو على الأقل يرضى به ويتعايش معه، وهذا ما حصل لي.. كبرت وأنا أكره اسم "موزة" وما كنت لأسمح لأي من أقاربنا أو معارفنا أن يطلق هذا الاسم على أي من بناته، ومع أن ذكرى جدتي التي سميت على اسمها؛ ذكرى جميلة وعطرة، ولكن الاسم كان سَبباً في تهكم البعض خاصة في الدول العربية الأخرى... إلى أن التقيت في قطر بموسيقار ألماني وزوجتي الملحنة، وعندما سمعا اسمي هتفت بأن الاسم موسيقي ويصلح كمقدمة لمقطوعة موسيقية متناغمة. حينها أحببت لفظ الاسم، ولكن ظل المعنى، فـ"موزة" مفرد "موز" كما كنت أظن، أو كما يستخدم في معظم الدول العربية، ولكننا في الخليج لا نفرد لفظ موز حتى لو قصدنا واحدة، وعنما رجعت إلى المصادر العربية؛ عرفت أن موزة هي الجوهرة الكبيرة المكنونة، واكتشفت أن أغلب الصديقات في الإمارات يعرفن المعنى الحقيقي للاسم، حيث أنه أكثر انتشاراً هناك من أي دولة خليجية أخرى، في حين أن الغالبية في قطر لا يعرفون معنى الاسم؛ بما في ذلك من يحملن هذا الاسم... لكن هذا لا يمنع أنني مازلت أتمنى لو كان اسمي مختلفاً.

وقد كنا أنا وصديقاتي كثيراً ما نغير أسماءنا ونحن صغيرات، خاصة في السفر، وتختار كل واحدة اسماً لها وننادي بعضنا بأسمائنا طوال رحلة السفر، ولا حظت ان معظمنا مستاء من اسمه الذي لم يكن له يد في اختياره.

هناك أمور تُفرض على الإنسان ولا يملك تغييرها : أصله، لونه، جنسه.. أما الاسم فبالرغم من أنه أيضاً يفرض على الإنسان، لكن تظل الفرصة متاحة لتغييره في مرحلة معينة، وهذا ما يؤكده تراثنا الإسلامي والعربي، وما علينا سوى إحياء هذا التراث وإضفاء صفة القانونية عليه من خلال جهة إدارية تتولى تنظيم الأمر وفق رغبة الشخص بعد بلوغه السن القانونية، وتقديمه مبررات مقبولة لتغيير اسمه.

قد يعترض البعض بإن الإنسان بشخصه وليس باسمه، وقد نحب اسماً معيناً لارتباطه بشخص أحببناه أو ارتبطنا به.. لكن يظل الاسم السيء معاناة لصاحبه لا يشعر بها سواه.

هي دعوة للآباء والأمهات ليتحروا اختيار أفضل الأسماء لأبنائهم... فأكرموهم ليكرموكم.

□ الفوارق بين الأجيال

سعدت بدعوة حضور حفل عشاء مؤسسة مينتور العربية والذي أقيم في مدينة دبي، وأعلن فيه عن انطلاق مؤسسة مينتور العربية لوقاية الأطفال والشباب من المخدرات. وهذه المؤسسة هي الفرع الإقليمي لمؤسسة مينتور العالمية والتي تأسست عام ١٩٩١ في جنيف بسويسرا بمبادرة من جلالة الملكة سيلفيا ومشاركة صاحب السمو الملكي الأمير طلال بن عبدالعزيز آل سعود، وعدد من أصحاب السمو الأمراء، وشخصيات مالية وسياسية من مناطق مختلفة من العالم.

وقد تطرق سمو الأمير تركي بن طلال بن عبدالعزيز آل سعود في كلمته إلى عدة محاور جديدة تتسم بأنها عملية من جانب ومفيدة من جانب آخر، وأكد سموه على استثمار العلاقة بين الجدات والأحفاد في حماية الأطفال والشباب من آفة المخدرات.. فهذا الطرح هو توظيف للعلاقة بين الأجيال في توظيف دور الجدات في مكافحة المخدرات.

استوقفتني هذه الدعوة، ذلك لأن قيمتها تكمن في تذويب الفوارق بين الأجيال واستثمار قيمة عربية أصيلة تتمثل في احترام الصغار لكبار السن.

فالحضارة والحداثة منها على وجه الخصوص أغفلت ضرورة حوار الأجيال ظناً أن دور المؤسسة التربوية والتوعية كفيل باستعارة دور الكبار، في حين أن صغار السن سيكونون أكثر قبولاً لإرشادهم وأكثر قناعة لنصائحهم وأفكارهم.

في التراث القطري وفي حكايات الجدات أهم روافد انتقال الثقافة من جيل إلى جيل.. فهذه الحكايات التي تربينا عليها والتي وسعت المخيلة وعرفت القيم الجميلة وأورثتنا ذلك النهج المحبب للحياة، أصبحت الآن في دائرة العدم بعد تحول النمط الأسري من الشكل التقليدي الأصيل إلى الأسرة النووية المحدودة العدد، والمفصولة اجتماعياً عن الكبار.. ولهذا فإن الدعوة إلى إعادة توظيف كبار السن في مكافحة المخدرات هو استناد إلى وسيلة نحتاج إلى تجديدها، ومن المهم الاعتماد عليها لأن ذلك يعيد للأجداد الدور الغائب، ويعيد للأبناء صفحات من القيم الجميلة قد لا توجد في الكتب، وقد لا تصل إلى قناعاتهم سوى عن طريق أصوات الجدات التي تتهدج بنغمة محببة للنفس عميقة التأثير.. وبذلك نكون قد نجحنا ليس فقط في ردم الفجوة بين الأجيال، بل أيضا أرسينا وسيلة ناجحة ومؤثرة في أجيال جديدة أصبحت نهباً لمعتقدات حضارية وتجاذبات اجتماعية نشأ عنها الكثير من التعقيدات والظروف التي تغذي ظاهرة تعاطي المخدرات.

ولهذا فإن كبار السن لم يكونوا طاقة معطلة في زمانهم بل رافداً تربوياً وثقافياً خصباً علينا العودة إليه واحتضانه وتوظيفه لحماية النشء والشباب من العديد من الظواهر التي تحولت إلى بثور على سطح الحياة الاجتماعية المعاصرة، ولم تكن موجودة من قبل لأن الحضور المؤثر للجدات كان يتولى علاجها.

فشكرا لأصحاب الدعوة لاختياري لأكون من الأعضاء المؤسسين لهذه المؤسسة التي نحن في أشد الحاجة إلى مثلها.

وشكراً إلى الأخت الرائعة الدكتورة فريدة العلاقي منسقة المؤسسة لجهودها في تنظيم هذه اللقاءات الفعالة المفيدة.

☐ الرومانسية

قد تكون الرومانسية أحلاماً وردية مجنحة تؤسر قلوب المراهقات والمراهقين، وقد تكون حاجة عمرية تناسب أعمار معينة وتلبي احتياجات تفرزها هذه المراحل الغضة... ولكن ليس بالرومانسية وحدها يمكن أن يعيش الإنسان، فلابد من العودة إلى أرض الواقع، ولا بد أن ندرب أبناءنا على التفكير الواقعي. وقد أعجبني أحد أساتذة الأدب العربي والذي قام بتدريس الشعر الرومانسي للطالبات في المرحلة الجامعية لسنوات طويلة، حين قال إنه دائماً ما يضرب مثلاً لطالباته في كيف يكن واقعيات، من خلال بيت الشعر الذي يقول: "سنذهب أرضاً لم يطأها بشر".. فيطلب منهن أن يسألن من يقول مثل هذا الشعر إن كان في تلك الأرض سوبر ماركت!

وليس هذا رفضاً للرومانسية، أو وأداً للأحلام، أو استسلاماً لقسوة الواقع، إنما هي دعوة لتدريب العقلية التي ترى الكون بعيون رومانسية إلى حد التأثر برؤية الواقع، خاصة إذا كان هذا الواقع يحتاج منا إلى قراءة دقيقة

والواقعيون؛ مهما بلغت واقعيتهم؛ فإنهم يتشوقون إلى لحظات من الرومانسية. فالواقعية لا يمكن أن تحل بديلاً للرومانسية، كما أن الرومانسية يجب ألا تكون منهجاً بديلاً للواقعية. فالمهم هو كيف يتعامل الإنسان بواقعية مع القرارات التي تقتضيها، وأن يكون رومانسياً في مواقف أخرى. فالرومانسية أشبه بالمادة الدهنية التي تفرزها غدد طائر مائي تعينه على الطفو فوق سطح الماء.. فالواقعية تغرقه إذا انتفت هذه المادة، والرومانسية المتوازنة تساعده على السير بهدوء في بحار الحياة.

❑ أنا بالحب قد عرفت نفسي

سألتني صديقة : "هل أنا غير سوية لكوني لم أمر بتجربة حب؟ أو تنتابني تلك الأحاسيس التي يتحدث عنها أقراني؟"

حقيقة احترت في الاجابة... فأذكر أنني في بداية محاضرة لي عن الحب والنفس البشرية منذ سنوات في منتدى أصحاب القلم بالكويت سألت الحضور إن كان فيهم من لم يمر بتجربة حب في حياته، فلم يجب أحد منهم بالإيجاب... فالحب تجربة إنسانية عامة عاشها وسوف يعيشها جميع البشر. وستظل تلك القيمة الجميلة مصدر الإلهام الأول للشعراء والفلاسفة، ومادة خصبة للمبدعين في كل مجال. فالشعراء والمفكرون والفلاسفة وحتى رجال الدين؛ كل أدلى بدلوه في محاولة للوصول إلى كنه وحقيقة هذا الشعور الغريب الذي يجتاح النفس البشرية دون إنذار مسبق، ليحلق بها في عالم الحلم والسعادة والخيال، ويجعل للحياة قيمة وللوجود معنى... فالفلاسفة يزعمون أنهم أول من تناول مفهوم الحب وارتباطه بالنفس البشرية، فهم أول من قال: إن الفلسفة هي حب الحكمة.. وهي المقولة التي حوّرها الفيلسوف الألماني هيدجر إلى: الفلسفة هي حكمة الحب.

وعلماء الاجتماع يتناولون الحب كسلوك اجتماعي يخضع فيه الفرد لأنماط مختلفة من العلاقات يحددها العقل الجماعي.

والحب مع كونه تجربة إنسانية عامة، إلا أنه العقل يقننها كي لا تتحول إلى لون من الوهم والخيال... فالتجربة العاطفية مثل العربة التي يجرها جوادان هما: العقل والروح، ولا يمكن للتجربة أن تكتمل بدونهما معاً.

قلت لصديقتي: لنحدد ما هو الحب الذي تقصدينه، وسأحدثكِ أنا عن ضروب الحب وألوانه بدءاً من الحب الإلهي، وانتهاءً بالحب الذي أظنك تسألين عنه... مروراً بحب الوطن وحب الأم وحب الخير وحب الجمال... إلخ.

إن كنتِ تقصدين الحب الذي يمثل حالة عاطفية تجاه شخص واحد، فإنكِ بذلك تقيدين نفسك بقيود تشل تفكيرك فيغفل عن المساحات الكبيرة الشاسعة لكل أنواع الحب الأخرى، والتي بالتأكيد قد مررتِ بها وتعيشينها في كل لحظة.

إن هذه العاطفة التي نطلق عليها حباً لدرجة أننا ننسى في سياق حديثنا أن هناك أشكالاً أخرى للحب؛ هذه العاطفة تتسم بعدد من الخصائص تميزها عن غيرها من المشاعر الإنسانية... فهناك من يقول إنها انفعال تلقائي عفوي يحدث للإنسان بدون تكلف أو جهد، ويجعل المحب يرى محبوبه بصورة مختلفة تماماً عن تلك التي يراه عليها الآخرون، فيراه أجمل البشر بغضّ النظر عن مواطن الحسن والجمال الحقيقي... وقد تنبه ابن حزم في كتابه الشهير "طوق الحمامة" إلى هذه الحقيقة حيث قال: "ولو كان علة الحب حسن الصورة الجسدية لوجب إلا يستحسن الأنقص من الصورة"... ويقول: "نجد كثيراً ممن يؤثر الأذى ويعلم فضل غيره، ولا يجد محيداً لقلبه عنه".

وهو ما يؤكد أن الحب ليس عملية انتقائية، بل هو انفعال تلقائي عفوي... وهناك من ذهب إلى أن الحب علم وفن، من الممكن تعلمه، وهناك الكثير من الكتب في هذا المجال.

لكن الشيء المؤكد هو أن الحب ضرورة لكل كائن، لا يمكن أن يحيا بدونه... وكما قال إيليا أبو ماضي:

إن نفساً لم يشرق الحب فيها ... هي نفس لم تدر ما معناها
أنا بالحب قد عرفت نفسي ... وبالحب قد عرفت اللهَ

❑ كيس الحلوى .. وحسن الظن

جلست السيدة في المطار لعدة ساعات في انتظار قيام رحلتها، تدفع سآمة الانتظار بالكتاب وكيس من الحلوى... جذبها الكتاب فغرقت بين سطوره، قبل أن تلحظ أن الشابة الصغيرة بجانبها تناولت قطعة من كيس الحلوى الموضوع بينهما..

تجاهلتها في بداية الأمر.. ولكنها شعرت بالانزعاج مع إصرار الشابة على مشاركتها قطع الحلوى. تحول الإنزعاج إلى غضب... تردد صوتها بداخلها: "لو لم أكن امرأة متعلمة ومهذبة لمنحت هذه المتجاسرة عيناً سوداء في الحال".

وهكذا... في كل مرة كانت تتناول قطعة من الحلوى، كانت الشابة تتناول أخرى. ويستمر الحوار المستنكر بين أعينهما، دون أن تفارقها الدهشة والتعجب... ثم إن الشابة، وفي هدوء، وبابتسامة خفيفة، بادرت بتناول آخر قطعة من الحلوى، وقسمتها إلى نصفين، فأعطت السيدة أحدهما، وأكلت النصف الآخر.... حدثت السيدة نفسها: " يا لها من وقحة، إنها حتى لم تشكرني".

أعلن مكبر الصوت في المطار عن حلول موعد الرحلة، فجمعت أمتعتها وتوجهت إلى بوابة صعود الطائرة، دون أن تلتفت وراءها إلى تلك السارقة الوقحة.

وبعد صعودها إلى الطائرة، واستقرارها في مقعدها، وضعت الكتاب الذي قاربت على انهائه في الحقيبة... وكانت المفاجأة أن وجدت كيس الحلوى الذي اشترته ما زال في الحقيبة...

صرخت لنفسها: "يا إلهي، لقد كان كيس الحلوى ذاك ملكاً للشابة، وقد قبلت بترحاب أن أشاركها فيه"!

قصة رمزية لطيفة تستحق أن نتوقف عندها، وأن نتأمل معانيها... فكم من مرة كنا نظن عن ثقة ويقين بأن شيئا ما يحصل بالطريقة الصحيحة، قبل أن نكتشف متأخرين بأن كنا على خطأ... وكم من مرة فقدنا الثقة بالآخرين وتمسكنا بآرائنا في الحكم عليهم دون عدل أو إنصاف نتيجة جهلنا أو أفكارنا المتعسفة دون تروي أو تحقق.

دعونا دوماً نمنح الآخرين الفرصة قبل أن نحكم عليهم... ولنفكر مرتين قبل إصدار الأحكام.

من الضروري أن نفهم الآخرين بشكل صحيح، حتى يتسنى لنا معرفة أنفسنا قبل معرفتهم.. من خلال حديث متأن، ومصارحة صحية، وحوار متبادل يكفل لكل من الطرفين فهم وجهة نظر الآخر... فقط استمع جيدا لما يقال.

أجمل ما يمكن أن نقدمه للآخرين، هو حسن الظن بهم، وهذا ما لمسته من خلال تجاربي مع كثيرين أساءوا الظن بأعز أصدقائهم دون أن يلتمسوا لهم الأعذار، بل قاطعوهم بسبب سوء الظن، ولأسباب تافهة في أغلب الأحيان، ولم يتوقفوا ولو لحظات للتفكير فيما إذا كان لظنهم أساس من الصحة أم لا... وكم من علاقات هدمت بسبب التسرع في إصدار الأحكام دون التحقق.

فلنفكر قبل أن نحكم...

ونتأنى قبل نقرر..

ولنفتح باباً للحوار مع الآخر قبل مقاطعته.

☐ الانعكاس المؤذي لأحقاد الآخرين

أحياناً يقدم البعض على تصرفات غير متوقعة، بهدف الإساءة للغير، ومن دون أن يكون مستحقاً للإساءة. وهو ما يصيبنا بدهشة محيرة عن مبررات هذا الإجحاف الجائر. حتى يتبين لنا أن هناك من الناس من تعشش في دواخلهم المظلمة طيور الحقد والضغينة والرغبة في الإيذاء والسخرية... وهذا الفريق عادة ما لا يختلف ظلامه الداخلي عن قبحه الخارجي، فهو قبيح في كل الأحوال شكلاً وموضوعاً، وبهذا يرى الوجود بعين قبحه من وراء منظار أسود يعميه عن رؤية الألوان الطبيعية للأشياء. فلا يدرك وجوداً للوِد أو المحبة أو القيم الإنسانية، ولا يعرف ما هو العدل أو الإنصاف. فهذا الفريق لا يجيد سوى إيذاء الآخرين بل ويتفنن في ذلك.

إن مقولة "كن جميلاً ترَ الوجود جميلاً" توضح لنا علاقة طردية بين الجمال الداخلي، وبين قدرتنا على رؤية الجمال الخارجي من حولنا. فمن يرى الوجود بعين القبح، فإن هذا القبح هو امتداد طبيعي لمعين السوء والحقد في داخله.

ولكن أياً كان ظلام الدواخل، ومهما بلغت مساحة الحقد، فعلى الإنسان الا يدع نفسه فريسة سهلة للحاقدين. وعليه أن يترفع عن مجاراتهم في جهلهم وحقدهم. منشداً مع الإمام الشافعي رحمه الله:

وذي سفهٍ يواجهني بجهلٍ ... وأكره أن أكون له مجيبا

يزيد سفاهة وأزيد حلما ... كعودٍ زاده الإحراقُ طيبا

هناك حاقدون يخيم ظلام حالك في نفوسهم، فلا يستطيعون الاعتراف للآخرين بحرية رأي، أو حق في الطرح أو التعبير. وكم من رموز وأسماء في التاريخ الإنساني دفعت حياتها ثمناً في سبيل ما تؤمن به، دون أن يؤثر فيها تصرفات الحاقدين الكارهين للنجاحات الإنسانية. حدث هذا ويحدث وسيحدث، لأن من سنن الحياة أن يستمر الصراع بين الخير والشر.

وما يبعث على التفاؤل هو أن الشرائع السماوية تؤكد على أن الشر مآله الفناء والهزيمة والدحر، وأن الخير ساطع سطوع الشمس. ربما عجز المفكرون والمصلحون والفلاسفة عن تعليم الناس كيف يكونوا متحابين دون أحقاد أو ضغائن، لأن نزعة الحقد كانت أقوى من أحلامهم...

ولكن سيظل الإيمان المطلق بالله هو خير طوق نجاة في أي ظروف.

☐ إسقاطات داخلية

يلجأ البعض حينما يرون نقيصة ما في تصرف المحيطين بهم إلى إجراء حوار داخلي، أو ديالوج غير مسموع، يتضمن تداعيات تتخللها عمليات استدعاء ذهنية مثل التذكر والتخيل والتحليل... إلخ.

ولا تخلو هذه العملية من إسقاطات، وفي معظم الأحيان تنتهي بتوجيه أصابع الاتهام للآخرين وإلقاء اللوم عليهم. دون إعلامهم بعوارض التهم الموجهة إليهم.

ومثل هذا النوع من الحوار، هو عبارة عن حالة سوء فهم لا نضبط أنفسنا متلبسين بها، ليقيننا من أن صحة أفكارنا إزاء الآخرين، لا تقبل الخطأ أو العذر او الرفق. بل تحوي فقط اتهامات مركبة، أحياناً تكون متناقضة.

هؤلاء الأشخاص الذين يأخذهم سوء الفهم بعد حوارات داخلية تفضي إلى سوء النية، عليهم ألا يستمروا في تجنيهم على الآخرين حتى يتسببوا في عواقب وخيمة، تزيد من الهوة في علاقاتهم مع الآخرين. وليس معنى هذا أن نحسن النية بالآخرين في جميع الأحوال، ولكن علينا أن نترفق بهم، ونلتمس لهم الأعذار. ويمكن أن نضع جملة احتمالات نشطب منها ما يثبت البراءة منه. وفي الوقت نفسه نضع قائمة أخرى بأسباب قد تبرئ الآخرين من النقائص التي رصدناها عنهم. وبذلك نتحرى العدل والدقة في الحكم. فلا يجب أن نترك صخب الحوار الداخلي يطغى على تقديراتنا ويسمم علاقاتنا. بل ندرب أنفسنا على تحري الحقيقة وتوخي العدالة مع أنفسنا ومع الآخرين.

وعلينا أن نتدبر في قوله تعالى : (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيراً مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ) ففي هذه الآية الكريمة من المعاني الجليلة ما يخفى على الكثير منا. لـذا يجـب أن نصـحح حواراتنا الداخلية، كي لا ننزلق إلى تخطئة الآخرين بغير بينـة، ونحافظ على علاقاتنا بهم بعيداً عن مستنقع سوء الفهم.

☐ المعرفة .. وعدم الراحة الذهنية

ثم علاقة بين السعادة ومستوى المعرفة لدى الفرد.. فأحياناً يشقى الإنسان بمعرفته حيث تطارده الأسئلة المحيرة، والأمور الغامضة، فينفق وقته وذهنه في إماطة اللثام عن المجهول في حياته، ومن ثم يعكف على المعرفة ويظل في حالة إطلاع مستمر. وكلما انتهي إلى معلومة أو حقيقة دعاه ذلك إلى استكشاف أخرى... وبذلك يشقي بمعرفته ببذله جهداً مضنياً مستمراً وراء البحث.

أما الذين لا يعلمون، ولا يأبهون ذلك، فإن السقف الأعلى لسعادتهم يكون أمورا بسيطة قد لا يلقي العارفون لها بالاً. وهو ما يشبه اختلاف الأمر بالنسبة لما يسعد فقيراً، وما يسعد غنياً، فسعادة الفقير في أشياء بسيطة، قد لا تكون كافية لإسعاد الغني الذي يرتفع أفق طموحاته. وكذلك الفقراء في العلم والمعرفة؛ ما يسعدهم أقل بكثير مما يسعد أصحاب المعرفة والمثقفين. فالمعرفة أحياناً تتحول إلى مطارق في الرأس تدق وتسبب الصداع والوجع والحيرة.. أما البسطاء في المعرفة فشواغلهم تكون محدودة. فكلما زادت المعرفة، زاد شقاء صاحبها بها. فكما قال أبوالطيب المتنبي:

ذو العقل يشقى في النعيم بعقله   وأخو الجهالة في الضلالة ينعم

فالمعرفة لا تترك الذهن خاملاً أو مسترخياً. بل تثيره بكم من الدوافع وعلامات الاستفهام اللحوحة التي تستنفر طاقات الإنسان، وقد تستقطبه بعيداً عن محيطه الاجتماعي، وربما تنغص حياته، وتدفعه إلى الشعور بالوحدة والقلق وعدم الاستقرار.

وهذا ما عبر عنه سليمان الحكيم في مقولته الشهيرة "إن في كثرة المعرفة كثرة الغم". والغريب أن سليمان الحكيم هو نفسه القائل: "رأيت أن للحكمة منفعة أكثر من الجهل، كما أن للنور منفعة أكثر من الظلام"... وهذا صحيح أيضاً ففي بعض الأحوال تكون المعرفة والحكمة نقطة ضوء تضيء الدروب المظلمة فنميز بين الخطأ والصواب.. وبين الخير والشر... وأحياناً ما نجهله يجعلنا في حيرة بحيث لا نعرف الخلفيات وما يدور وراء الستار. ولكن حينما نعلم فإننا نصوب تقديراتنا ونصحح أفكارنا، وبالتالي تساعدنا المعرفة على اتخاذ قراراتنا بدرجة سليمة.

فليست المعرفة دائماً مصدر شقاء أو سعادة.. ولكن طريقة استثمار الإنسان لهذه المعرفة هي التي تحدد له قدر سعادته أو شقائه.. فمهما أشقت المعرفة صاحبها وسببت له التعاسة إلا أنها تساهم في فك طلاسم الحياة، وتبديد ظلام الجهل، إلى هالات من النور؛ ذاك النور الذي ينقله صاحب المعرفة والمعاناة إلى من حوله، حتى يشمل الكون كله ويضيء دروبه.

❑ ليحلم كل منا أحلامه

هل يمكن أن نقدم النصيحة لغيرنا لنحدد له أمنياته؟

أظن أن المسألة في غاية الصعوبة، وهذا ما واجهَتْهُ زميلة إعلامية شاركتني برنامج حوارات خليجية الذي يقدمه المذيع المتميز محمد القحطاني على قناة الصفوة بشبكة أوربيت، كان سؤاله عما نتمناه للمرأة السعودية.

كانت إجابتي واضحة وصريحة.. فنحن لا نستطيع أن نتمنى لأحد، ولا أن نحلم لأحد، ولا حتى أن نغيّر لأحد وضعه ما لم يحلم هو لنفسه، ويسعى جاهداً لتغيير هذا الوضع.

فكما أن لكل إنسان فرديته التي تميزه عن غيره، فإن المجتمعات أيضاً لها خصائصها البيئية والاجتماعية التي تميزها عن غيرها من المجتمعات.. فما يصلح لمجتمع ما، ليس بالضرورة متوافقا مع متطلبات مجتمع آخر، وما يحقق أهداف مجتمع، ليس بالضرورة ان يعمل على تنمية مجتمع ثان. وكما أن السعادة نسبية، والمشاعر نسبية، فإن التنمية كذلك تظل ملامح سقفها الأعلى نسبية بين المجتمعات، ولا يمكن أن تكون هناك نسخ حضارية قابلة للتصحيح، وإلا فقدت الإنسانية ذلك التباين الذي يحقق تبادل المنافع والمصالح.

واستشهدت في ذلك بقصة القرد والسمكة، والتي كانت أماندا غوروش مسؤولة في اليونسكو تصر على أن تحكيها للخبراء الغربيين الذين تنتدبهم اليونسكو لتنمية الدول الفقيرة، للدلالة على الاختلاف المنطقي بين البيئات والمجتمعات. القصة تحكي عن قرد شجاع رأى سمكة تسبح بعكس التيار في نهر

متدفق.. وتجشم الكثير من المشقات وعرض نفسه للخطر، حتى تسنّى له أن يتدلى إلى صفحة الماء ويخرج السمكة بقصد انقاذها... السمكة من ناحيتها لم تجد في موقفه عملية انقاذ بطولية، بل جريمة حرمتها التنفس والحياة، وإن كانت صعبة ومرهقة.

والحكمة من وراء هذه القصة واضحة.. فالقرد لم يكن في موقفه البطولي متجنياً من وجهة نظره، ولكن السمكة رأت في تصرفه جناية على حياتها، ومن ثم كان عليه أن يتركها لحالها، وإن بدا ذلك سباحة ضد التيار.

فبالنظر إلى أن لكل بيئة خصائصها المميزة، فإن ما يبدو حلاً لإحداها ليس بالضرورة حلاً لسواها، بل قد يكون لعنة وجريمة.. فلكل مجتمع بيئته الخاصة به والتي تحقق التكيف الاجتماعي لسكانه. كما أن لكل لكل فرد أحلامه التي يجب أن يحلمها لنفسه ويسعى لتحقيقها بما يتفق وقدراته وامكاناته وظروف بيئته، وبشقه الحضاري الذي يحقق له الرضا والسعادة.

إذن... فليحلم كل منا أحلامه

❑ الوصول إلى القمة

لكل امرئ قمته التي يهفو إليها. ولنتعمق في مقولة عمر بن عبد العزيز: "إن لي نفس تواقة، ما وصلت إلى مكانة إلا تشتاق إلى أعلى منها.. وإني وصلت إلى الخلافة، ولم يبق إلا الجنة".

ما أروع هذة القمة التي يتطلع لها هذا الرجل العظيم.. ولعل العبقرية في هذا المعنى هي في التحفيز الدائم على تجديد الأهداف لتحقيق معدل أعلى من الإنجاز لا يتوقف عند حد ولا ينتهي بوصول الإنسان إلى قمة القمم، ولكن عليه أن يؤمن بأن قمة القمم في عالمه وآخرته هي الوصول إلى الجنة. فهذه هي القمة الأعظم والأهم والأرقى في الوجود، وتحتاج من الإنسان بذلاً وجهداً من طراز مغاير لطرق الوصول للقمم الأخرى.. وهذه القمة التي تطلع إليها عمر بن عبد العزيز "الجنة" يتطلب الوصول إليها رصيداً من الإلتزام الخلقي والسلوكي، والإيمان المطلق بالخالق، والنية الصافية، وأداء الفرائض بشفافية وإخلاص، بدون مباهاة، وبدون تفريط.

إن على الإنسان ألا يفصل بين أهدافه الخاصة التي تحقق له السعادة، وبين الهدف الأعلى والأسمى من بين كل الأهداف، ألا وهو مرضاة الله عز وجل.. فالقمة "الجنة" لا تحتاج من الساعي إليها إلا قناعة إيمانية بقواعد وفروض الدين الحنيف الذي يمثل سياجاً مستقيماً إلى الجنة القمة.

لذلك لم تعد العبرة بتحديد أهداف ثم السعي وراءها لإحرازها، فحينما يكون الهدف هو الوصول إلى قمة روحية عالية كقمة عمر بن عبد العزيز، فإنه يحتاج من الإنسان المضي في حياته بنزاهة وعمل دءوب ملتزم.

❑ أسرار النجاح

سألت أحد الناجحين عن سر نجاحه؟ وقد كان جوابه هو ما توقعته، أو ما أردت بالفعل قوله عن الفرق بين الناجح والمتعثر.. فالأول يجيد تحديد أهدافه بدقة، أما الثاني فيمضي في حياته من دون هدف. فالخطوة الأولى للنجاح هي قدرة الإنسان على أن يحدد لنفسه مع بداية كل خطوة مجموعة من الأهداف مرتبة ترتيباً منطقياً، ويفضي كل منها إلى الآخر، وبحيث تتسق هذه الأهداف مع إمكاناته وقدراته حتى لا تكون سبباً في تعثره، وحتى يشعر بسعادة ولذة النجاح حين يصل إلى أهدافه ويحقق غاياته.

وكما قال لي ذلك الناجح، إنه من المفضل دائماً أن يمسك الإنسان مع بداية كل عام ورقة وقلم ويحدد أهدافه وأولوياته حتى يتمكن من تقييم خطواته وجرد حساباته مع نهاية العام.

إن هذا المقترح أشبه تماماً بما يتبعه علم التخطيط على مستوى المجتمعات، فهناك خطط طويلة الأجل، وأخرى متوسطة وثالثة قصيرة. وكما أن هذه الخطط تجمعها معاً استراتيجية عامة، فإن حياة الفرد ينبغي تتبع هذا التخطيط أي يكون لديه خطة واستراتيجية عامة، يحقق كل عام جزءاً منها، ويحقق كل عدة سنوات خطة متوسطه المدى كدراسة عليا أو الانتهاء من تأليف كتاب، أو نجاح في مشروع وغيره.

إن مثل هذا الإجراء الفردي يحقق للإنسان قدرة على الإلتزام الذاتي بأهدافه وبالتالي يكون بإستطاعته تجنب وتجاوز أي معوقات.. أما العشوائيون الذين يسيرون في الحياة دون أن يحددوا لأنفسهم أهدافاً، فإن الأيام لديهم تتشابه إلى حد السأم.

❑ اللفظة العاجزة

من الألفاظ الدارجة في مجتمعنا، والتي كثيراً ما نسمعها من الآخرين حين يُطلب منهم إنجاز عمل ما، وقد يكون أمراً مهماً ولا يمكن لأحد أن يقوم به بدلاً عنهم... لفظة "ما أقدر"

هذه اللفظة العاجزة لا تعني العجز وفقدان القدرة، بقدر ما تعني افتقاد الرغبة في تجاوز الواقع، بل وعدم الرغبة في المحاولة، ليس عن قياس عاجز للإمكانات، بل عن رضى واستمراء للواقع الكسول.

ولو أننا ترددنا قليلاً في التلفظ بهذه اللفظة العاجزة، وفكرنا ملياً بأنه علينا المحاولة، وتقبل فرص الفشل لمعاودة العمل للنجاح، وأن علينا أيضاً استثمار قدراتنا المتاحة، لكان ذلك أفضل وأكثر دفعاً للإنجاز.

أتذكر مثلاً كان يحكيه لنا أحد أساتذتنا عن قدرات الإنسان الكامنة، حيث كان يقول تخيل لو أنك مشيت مسافة طويلة حتى أصابك الإرهاق، فتوقفت وأنت جازم بأنك "لا تقدر" على الاستمرار، ثم هاجمك في هذه اللحظة كلباً يبدو مسعوراً... فبالتأكيد ستتراجع حينها عن "لفظتك العاجزة" لتعدو نجاةً من خطر ذلك الكلب.

فلحظة العجز إذن هي نتاج حسابات لا يستفزها دافع، فلا يترسخ لدينا احساس بفقدان القدرة، فإذا ما باغتنا خطر ما، أو معطى مستجد غير متوقع، فإننا نبادر إلى فعل ما كنا نقنع أنفسنا بعجزنا عنه.. فالإنسان يملك الطاقة والقدرة على الفعل،

ولكن هــذه الطاقــة لا تخــرج مــن مكامنهــا إلا بفعــل الإحســاس بالخطر، أو تحت تأثير عامل جاذب.

إننا بحاجة الى اكتشاف أنفسنا لحظة أن نضع علــى ألســنتنا كلمة "لا اقدر"، لنقول: "إنني قادر على الاستمرار والمحاولة.. وإن هناك أملاً مفرحاً في النهاية.

❑ الاستنارة في التعامل

فوجئت بالمعاملة الأكاديمية الإنسانية المستنيرة في جامعة "أبرتي داندي" في أسكتلندا، فعندما اطلع الأستاذ المشرف على سيرتي الذاتية؛ قرر تعديل برنامجي التعليمي وفقاً لما تضمنته السيرة من خبرات. فمثلاً حين عرف بأنني كنت قد شاركت حينها في نحو ستين مؤتمراً، وصدر لي أربعة كتب؛ قرر تخفيف الكثير من الأعباء الدراسية والمتطلبات، مثل حضور بعض السيمنارات، والتي من المفترض أنها جزء رئيسي من الدراسة، بل وطلب مني أن أقدم بعضاً من تلك السيمنارات. كذلك أتاحت لي الجامعة فرصة المشاركة في بعض المؤتمرات على أساس خبرتي السابقة في المشاركة في مثل هذه الملتقيات. بل إنهم وفروا لي مكتباً خاصاً مزوداً بوحدة كمبيوتر متصلة بالإنترنت، كما وفروا لي كافة التسهيلات على نحو لم أكن أتوقعه.

إن الجامعات هناك تحرص على تقدير الطالب والاحتفاء بكل ما يتمتع به من خبرات، وما قدمه من نجاحات، وليس هناك تسفيهاً لإمكانات الطالب أو احتكاراً لقدراته أو استخفافاً بما يمكن أن ينجزه عملياً. وبالطبع ليست هناك غيرة أو حسد أو نقمة أو مناورات قد تؤدي إلى التعثر في المشوار العلمي. فالناس هناك يبنون قدراتهم ليس بالضغط على قدرات الآخرين واغتيالها، بل بالدعم والمساعدة في اكتشاف المتعلم لذاته وانطلاق قدراته الإبداعية. فهم يسعون إلى إنتاج علم نافع وتحقيق إنجاز يفيد البشرية، لا مجرد منح شهادات كمقابل لرواتب مجزية.

لا أضع نفسي في موقع رفاعة الطهطاوي حين سافر في أول بعثة عربية إلى باريس، ولا أقدم وصفاً متغالياً في تصوير الوضع الأكاديمي في هذه الجامعة أو في غيرها من جامعات أوروبا.. ولكن من الضروري أن نعقد المقارنات وأن نعرف الفوارق، ليس انبهاراً بهم وتحقيراً للذات، وإنما سعياً للارتقاء ومعالجة السلبيات. فكم أتمنى أن نرى هذه المعاملة في جامعاتنا العربية في توفيرها الظروف المواتية للتعليم المثالي وتهيئة المناخ المناسب للإنتاج والإبداع.

لقد شعرت بتقدير بالغ حين تعاملوا معي في جامعة "أبرتي داندي" على هذا النحو الإنساني المستنير، وهو ما دفعني إلى مقابلته بالتقدير والحرص على تمثيل بلدي التمثيل اللائق، لأثبت لهم أن المرأة القطرية والعربية يمكنها النجاح بتفوق. فنجاح التجربة لا يكمن فقط في التعلم منهم، ولكن أيضاً دفعهم إلى تقديرنا حق التقدير. حتى لا يكون التأثر في إتجاه واحد.

❑ فرسان الجيل

نحن من جيل له فرسانه في الثقافة والغناء والموسيقى والشعر والفكر.. فرسان تميزوا واشتهروا، واتحفونا بروائع الأدب والفكر والطرب الأصيل، فمن منا لم تطربه فيروز، ولم يعشق موسيقى الرحبانية، وكم اختلفنا في انحياز لعبد الحليم حافظ أو فريد الأطرش.. وصفقنا لمحمد عبده وطلال مداح.

حتى قراءاتنا كانت تقريباً شبه، كنا نقرأ لجبران وميخائيل نعيمة وإحسان عبد القدوس ونجيب محفوظ.. فنحن جيل لم يفتقد إلى مصادر الغذاء الوجداني والفكري الموحد.. ربما لقلة الذين برزوا على الساحة الفكرية والغنائية ذلك الوقت.. أو ربما لأسباب لأخرى لا نعرفها، وإن كنا في احتياج لدراستها.

أما الآن، فالساحة الثقافية العربية مزدحمة بالكثيرين في شتى المجالات، ولا شك أن هناك مبدعين حقيقيين، لكن لم يستطع أي منهم أن يرث مكانة هذه الرموز التي كانت تشكل مصدراً يغرف منه الجيل بأكمله في آنٍ واحد.

ولهذا فإن أبناء الأجيال الجديدة محرومون من دسم العطاء، وصار بعضهم يسلم أذنه وعقله لأقرباء، وبعضهم يسلمهما لغرباء حتى باتت عملية التواصل بين الأجيال مهددة، مثلما أن الذائقة الفكرية والأدبية والفنية صارت مهددة.

لا نسعى من هذا لممارسة سطوة على عقول أبنائنا وذائقتهم، ولكنا ندعوهم بصدقٍ إلى البحث عن الفن الراقي والفكر الجيد لتنشئة ذواتهم بما يمكنهم من الصمود في مواجهة ما يسمى بثقافة العولمة، والحفاظ على الهوية.

☐ لطفاً .. امنحني وقتاً

الكثيرون من الزملاء والزميلات، أو حتى الطلاب والطالبات، يطلبون أن نقيّم إنتاجهم، سواء كان بحثاً نظرياً أو إصداراً أو كتاباً عاماً.. ثم يتعجلون في الاستماع إلى آرائنا.. وهنا تحدث أزمتان، أولاهما أننا قد تضطر إلى عدم مصارحتهم بآرائنا بالشفافية المطلوبة.. والثانية أننا قد لا نجد الوقت الكافي للقراءة المتأنية، لأنهم لا يمنحوننا هذا الوقت اللازم للقراءة والتحليل والاستيعاب بما يكفي لإبداء رأي نزيه وموضوعي.

المشكلة أن الذي يطلب رأيك، لا يود الاستماع إلا لما يتوقعه أو ينتظره... وفي واقع الأمر فهو قد استصدر لصالحه حكماً مسبقاً، ويريدك أن تصادق على هذا الحكم، فلا تقول له إن ما كتبته «مقالاً أو كتاباً» هو غثاء فكري أو ركام من الأفكار التي لا رابط فيها.. ولا تستطيع حتى أن تسأله ما الذي أضفته؟... أو ليس من المفترض حينما يكتب الإنسان أن يضيف لنفسه أولاً ولقرائه.. لا أن يكرر في ببغائية ما يردده الآخرون.

فالنقد في هذه الأيام لم يعد بمقدوره أن يكون بالغ الصراحة أو شديد الشفافية أو محركاً لعقل النتاج الأدبي والفكري، ليستحسن ما يجب استحسانه، ويرد ما يجب رده.

ثم إن النقد يستلزم قراءة متأنية، والتي بدورها تستلزم وقتاً.. والوقت في هذا الزمن البالغ التعقيد والمسؤوليات صار عملة نادرة. لذا عادةً ما تكون القراءة مهرولة؛ متعجلة في أحكامها، ولهذا كثيراً ما اعتذر عن قبول ما يعرض علي لإبداء رأيي من في نتاج أدبي أو فكري أو علمي، إلا إذا وافق على منحي حرية اختيار وقت القراءة.

□ لماذا النقد؟

النقد مصدر للفرض والبحث وليس غاية في حد ذاته. ومن أجمل ما قيل في هذا الصدد:

لا تقل عن شيء ذا ناقص   جيء بأوفى ثم قل ذا أكمل

وفي هذا القول الكثير من الحكمة فهو يرتب مقتضيات النقد، بتحديد العلة، ثم شحذ أدوات العلاج المناسبة، ثم البدء في عملية الإصلاح، حتى نصل إلى تقديم الأفضل.

إنه المنهج العلمي الذي نخاصمه منذ قرون طويلة، ولا نحرص على اتباعه في أبسط مشاكلنا، في حين إنه الدواء لأكثر الأمراض الفكرية والاجتماعية.

إن غاية بعض كتابنا هي النقد في حد ذاته، إذ يتصورون انهم يساهمون في البناء بنقدهم لكل شيء، دون ان يدركوا نبرة التشاؤم في نقدهم البعيد عن تقصي الأسباب. فالنقد وحده مثل العرج، أو هو بناء بلا اقدام تمشي بها إلى الحقيقة في ضوء منهج علمي يجعلنا نبصر الأسباب كما هي في الواقع، ونتلمس العلاج كما يجب أن يكون.

اقرا يومياً كثيراً من النقد للحياة الاجتماعية والفكرية، واحياناً لأبسط المواقف أو المشروعات. وللأسف الشديد فإن كثيراً مما اقرأه لناقدين لا يرون في الحياة غير جانبها الداكن أو المظلم، دون أن يضعوا أقدامهم على الخطوة التالية للنقد، فيكون نقدهم أعرج، أو غير مكتمل. ومثل هذا النقد هو معول هدم لا أداة بناء.

قد يقول قائل إن بعض النقد يؤدي إلى نصف الفرض، لأن الناقد ليس مطلوب منه اقتراح الحلول، بقدرُ ما مطلوب منه لفت الانتباه إلى المشكلة، خاصة وأنه قد لا يملك الأسباب الفنية التي تؤهله لهذا... وربما يكون في مثل هذا القول شيء من الصحة، لكن لماذا لا يطلب الناقد في هذه الحالة خبرة المتخصصين، وذوي العلم حتى يكتمل أداؤه، وحتى يكمل الصورة بدلاً من عرض زاويتها المظلمة فقط.

ايها النقاد... رفقاً بأفئدتنا وعقولنا. ولا داعي لتشويه جدران الحياة وتلطيخها بفرشاة من الحبرالأسود، فليس كل ما في الحياة يستحق التشويه.

❑ ذاكرتنا الجمالية

هناك أمور صغيرة نقوم بها بوعي وأحياناً بتلقائية.. تضيف إلى حياتنا جمالاً، وتخفف عنا الإحساس بالوحدة والغربة وإرهاق الدراسة والبحث.. من بين هذة الأمور؛ عادة أداوم عليها منذ زمن، حيث أحمل معي العديد من الكتب ودواوين الشعر، والموسوعات الفنية التي تحوي بعض أعمال كبار الفنانين. فهناك أعمال يرتوي ظمأك منها، وكلما قرأتها أو تأملتها؛ اكتشفت فيها معان جديدة، وخبايا غائرة، لم تبلغها في المرات السابقة، حتى تنشأ علاقة صداقة حميمية مع العمل وأبطاله وشخوصه، حتى أن مسرح العمل يباغتك ويقتحمك ويسكن مخيلتك في أغلب الأوقات.

أحرص في كل رحلة طويلة إلى الخارج؛ أن أصحب معي العديد من أعمال سلفادور دالي ومونيه ودواوين نزار قباني وبعض مؤلفات غادة السمان وجبران خليل جبران وغيرها من الأعمال الإبداعية التي أعيد قراءتها بين حين وآخر... وعندما تنهشني أنياب الغربة والوحشة؛ لا أجد أجمل من تلك الأعمال ملاذاً لاجترار ذاكرتنا الجمالية.. فلكل شعب، بل لكل جيل ذاكرتة الجمالية التي تصحبه إلى كل مكان.

والإبداعات التي تخلق فينا مثل هذا الانفعال، وتدفعنا إلى الحرص على صداقتها، لابد من أن تتوافر فيها سمات معينة تلبي داخلنا حاجات نفسية، وتغذي مخيلتنا بصور مفتقدة.

لكن يظل المصحف الشريف هو ملاذنا في غربتنا. فيه شفاء صدورنا، وجلاء همنا، وإجابة تساؤلاتنا.

❑ ما غاض دمعي

أدبيات الجنازات والمآتم في المجتمعات المختلفة قاسمها المشترك هو البكاء على الراحل والانتحاب اظهاراً للحزن، ولكن بالإمعان في أسباب الباكين، سنكتشف أن هناك الكثيرين ممن يشهدون الجنازات إنما يبكون على حالهم وقضاياهم الخاصة.. وكما أن للضحك عدوى تنتشر بين الضاحكين، أيضاً للبكاء عدوى قد تصيب الباكين... والبعض قد يبكي إنساناً بعينه، أو شأناً يخصه هو وحده.. فكما قال الإمام علي بن أبي طالب في هذا المعنى:

ما غاضَ دمعي عند نازلةٍ   إلا جعلتُكَ للبُكا سبباً

وأحياناً يعجز الإنسان عن البكاء حتى وإن فقد أعز الناس لديه.. فتخونه دمعاته لحظتها، وكم من أناس أصابهم الوجوم وتحجرت دموعهم ولم تذرف إلا بعد وقت قد يطول.. فليس البكاء وحده عنوان الحزن، لذا نجد كثيرين يؤجلون البكاء لفترة وكأنهم لم يستوعبوا الحادث بعد.

وقد يكون الصمت أعلى درجة من البكاء.. وهي مرحلة من مراحل الصدمة يُطلق عليها علماء النفس مرحلة "النكران".

وأياً كان سبب البكاء، فإنه بحد ذاته مفيد؛ ليس فقط لغسيل العيون، ولكن لغسيل النفوس.. كما أن البكاء؛ في كثير من الأحيان؛ قد يكون علاجاً للعديد من المتاعب والاضطرابات التي تصيب الإنسان.

☐ عام مضى .. وعام

تمر الأعوام تلو الأعوام.. نودع عاماً بعد آخر.. وينفرط الزمن من بين أصابعنا دون أن ندري.

انتهى عام بكل ما حمل من بهجة وفرح.. وبكل ما أضاف من هموم وأحزان..ولكن أياً كانت محصلة الحساب في نهاية العام.. فإن المرء لا بد ان يستقبل العام الجديد بفرح وبهجة.. وأن يطلق الآمال والأمنيات لزمن لم يعشه بعد.. وليحاول كل منا أن يستبدل نظاراته القاتمة الألوان بنظارات مشرقة الألوان.. ولنأمل بزمن مليء بالأحلام الجميلة.

لنستقبل العام الجديد بفرح وبشر، ولنعمل على تحقيق أحلامنا، ولنسعد بكل لحظات حياتنا.. ولنأمل.. ونأمل.. على أن نقرن الأمل بالعمل.. العمل الجاد الواعي.. لكي يضيء الأمل نفوسنا بنور مشرق يبدد الظلمة في نفوسنا في زمنٍ بات يدفع بالكثيرين نحو الكآبة والقلق.

لا بد أن نحلم، وأن يكون جهدنا بقدر أحلامنا، وأن تكون أمنياتنا واعية؛ واضحة المعالم حتى يتسن لنا تحقيقها بالعمل الجاد.. ولتكن طموحاتنا بحسب قدراتنا، لا ندعها تحلق بنا في آفاق الأوهام.. فأحلامنا وامنياتنا، إما أن تتحول إلى واقع نسعد به، أو إلى سراب يخدعنا وقد يشقينا.

وفي كل الأحوال: فلنحلم، ولتكن أحلامنا شامخة.. ولنبذل الجهد في سبيل تحقيقها، دون يأس أو إحباط.. ولنخلق من الفشل طريقاً لنجاح مميز.. تتبعه نجاحات على جميع الأصعدة.

كل عام ووطننا الغالي بخير ورفاهية، والجميع بسعادة وعافية.

❑ إفطار في الجو

كنت عائدة من العمرة في شهر رمضان، واضطررت إلى تغيير رحلتي من طيران الخليج إلى القطرية أملاً في الوصول قبيل الإفطار. ولكن تأخرت الطائرة في الإقلاع لأكثر من ساعة بسبب تأخر بعض المسافرين في الصعود.. ليحين آذان المغرب وموعد الإفطار ونحن على متن الطائرة.. ولأنه كان من المفترض أن تكون الرحلة قبل الآذان بأكثر من ساعة لم يستطع طاقم الضيافة في الطائرة من تجهيز وجبة الإفطار سريعاً..

لكن المفاجأة التي أدهشتنا وأسعدتنا جميعاً، هي أن السيدات القطريات قمن بواجبهن على نحو أدخل السرور في قلوب الجميع.. فما هي إلا لحظات حتى أخرجن دلال القهوة وأنواع التمر المختلفة وبعض الحلوى والفواكه، وتحولت الطائرة في دقائق إلى مجلس قطري تحضره عائلة قطرية واحدة يتبادل أفرادها التهانئ على متن الخطوط الجوية القطرية.. وتناولنا الإفطار الأشهى في أجواء من الألفة والسعادة... وحين تمكن طاقم الضيافة في الطائرة من تجهيز الوجبات، حتى اكتشفت المضيفات أن السيدات القطريات المسافرات على الطائرة قد أدين المهمة سلفاً.

وهكذا حول الكرم القطري الفطري الطبيعي، والإحساس المَتبادل بالمواطنة والإنتماء؛ الرحلة إلى عائلة واحدة.. وهكذا يكون الإنسان القطري والعربي في الخارج.. حريصاً ومحافظاً على قيمه الإنسانية الجميلة.

❑ أينما كنا يا رمضان

يأتي رمضان كل عام بأجوائه الخاصة، وعبقه المميز، أينما يكون المسلم.. فنساماته الروحانية تصحبنا أينما كنا، حتى بعيداً عن أجواء المجتمعات الإسلامية. ودائما وفي كل مكان، يحمل لنا رمضان معه نفحاته النورانية، وشعائره الإيمانية، سواء للروح أو العقل أو الجسد. ليصبغنا بصفاء نفسي خاص، لا نستشعره إلا في هذا الشهر الكريم.

ويكاد الصوم أن يكون أطول العبادات، فاستمراره شهراً كاملاً؛ ليلاً ونهاراً.. بهذا التواصل المستمر مع الخالق: صيام في النهار وقيام بالليل.. لا شك يسمو بالإنسان ليقربه من خالقه، ويعيد إصلاح الكثير من شؤونه النفسية والحياتية. فرمضان مناسبة روحانية جميلة للاستشفاء النفسي، والتزود بشحنات إيمانية تنعكس على علاقتنا بأنفسنا والآخرين. فمن منا لا يلمس في الشهر الكريم، قيم الصفاء والتسامح والجود والعطاء والتسابق لعمل الخير، والأهم من هذا كله المواظبة على العبادات بحماس ونشاط.. فمهما تهاون المسلم في أداء بعض الفروض.. يجيء رمضان ليعيده إلى طريق الإلتزام والمواظبة والإقبال على العبادات بحب وهمة.

جربت الغربة في رمضان لسنوات وأنا في الولايات المتحدة للحصول على الماجستير، ثم لثلاث سنوات في أسكتلندا للحصول على الدكتوراة.. وفي الغربة نفتقد تلك التجمعات الأسرية وقت الفطور، والسحور، وانتظار مدفع الإفطار، وصلاة التراويح جماعة، ولكن نحاول بقدر الإمكان خلق جو أسري مشابه من

الطلبة المسلمين حولنا.. ففي كل ليلة نحرص نحن الطالبات المغتربات على أن نتجمع حسب ظروفنا.. ولكي نخلق جواً رمضانيا نناقش موضوعاً من المواضيع في كل لقاء ونتدارسه..

ما أجمل هذا الشهر الكريم.. وما أروع العبادة في أيامه ولياليه..وما أفيد تلك التدريبات الروحية التي تضفي على الإنسان ذلك الصفاء النفسي والهدوء العقلي.. فلنستمتع بهذا الشهر الفضيل..ولنمارس هذه الرياضة الروحانية بكل ما تستحقه من تركيز و تأمل..

رمضان كريم ، وكل عام وأنتم بخير

❑ ليطفو الفرح في أيام العيد

العيد.. طاقة من الفرح والسرور تحل في نفوسنا بحلوله.. فحين يجيء يكون بمثابة مطهر لأحزاننا وهمومنا، التي لم تعد تخلو منها حياة أي فرد في هذا العصر المليء بالأعباء والهموم.

بحلول العيد؛ على الإنسان أن يؤجل مؤقتاً همومه الخاصة ومشاكله الملحة، وليمنح العيد الفرصة أن يروي في نفسه نبتة فرح تتسلل لتمد جذورها في النفس. فتأجيل التفكير في الهموم حاجة نفسية واجتماعية، حتى لا يكون المرء مصدراً لتعاسة من حوله، أو سبباً في حرمانهم من بهجة العيد.

أدرك أن هذا قد يستحيل بالنسبة للبعض، وأن هناك ألوانا من الهموم تكون أحياناً أقوى من القدرة على تأجيلها. ولعل أوضحها تلك الذكريات المؤلمة التي تحتل مساحات من الذاكرة لا يمكن محوها. بل إن هذه الذكريات كثيراً ما تكون "عيدية" لا تنالها إلا في العيد.. لكن علينا أن نحاول؛ قدر الإمكان؛ إتاحة الفرصة للذكريات الجميلة لتطفو على السطح، واستدعاء لحظات الفرح والسعادة والحب والود والألفة. لنسعد، ونُسعد من حولنا، فالحياة مشاركة، إما بأفراح وهناء، أو بحزن وآلام وهموم... فلم لا نكون مصدر فرح وسعادة لكل من حولنا؟ ولنفكر كيف نحتفل بالعيد، وكيف نضاعف فرحة أطفالنا به، ونمنحهم إحساساً أعمق ببهجته.

كما أنصح الأمهات دائماً أن يؤجلن أي أحزان في هذا اليوم..وأن يساعدن أطفالهن على الفرح.. فالطفل لا يستوعب مثلاً حزن أمه في يوم يتوقع أن يراها فرحة مستبشرة.. أنا أقدر مشاعر الحزن والاكتئاب لدى أم فقدت عزيز في العام السابق..

واعرف ان هناك هموماً تجتاحنا في العيد بدون إرادتنا، وكأن الأيام الجميلة خلقت لاجترار الذكريات المؤلمة واستعادة الأحداث المنغصة في يوم من المفترض أن يكون من أجمل أيام العام... ولكن الأطفال ببراءتهم المعهودة يتجاوزون الأحزان بوتيرة أسرع من الكبار.. فلندعهم يبتهجون دون أن ننغص عليهم فرحتهم.. ولنفكر كيف نجعل من احتفالنا بالعيد إضافة لهم.. لتعويدهم على البذل والعطاء وفعل الخير. فالعيد هو المناسبة الأفضل ليتعود أطفالنا على التواصل مع العادات والتقاليد الأصيلة، وزيادة الارتباط ببيئتهم الاجتماعية.. ولنستعيد معهم المظاهر والطقوس الجميلة للعيد، والتي كادت ان تندثر.

ليتنا جميعاً نؤجل أحزاننا ومتاعبنا قليلاً، تاركين للعيد فرصة إسعادنا بأفراحه وبهجته... فلنحتفل بالعيد، وليطفو الفرح على السطح، حتى ينتشر ويعبق أجواءنا بعطوره، ويرسم الإبتسامة على وجوه الصغار والكبار.

عيد سعيد ... وكل عام والجميع بخير

منتصف الأشياء

عند الحديث عن ثنائية الحياة المحيرة: الفرح والحزن.. الهدم والبناء.. المنع والعطاء.. التشاؤم والتفاؤل.. فإن الإنسان غالباً ما يحاول الهروب بعيداً عن أحد طرفي كل منهما باتجاه الطرف الآخر.. وغالباً ما يكون الأفضل.. فنهرب من الحزن إلى الفرح، ومن التعاسة إلى السعادة، ومن التشاؤم إلى التفاؤل... ولكن أحياناً لا تسمح لنا الحياة بالنهل من السعادة وحدها أو من الفرح وحده، إذ اننا لا نتبين مذاق السعادة الجميل إلا إذا تجرعنا ولو مرة واحدة مرارة التعاسة.

وحين يقف الإنسان في مفترق الطريق بين التعاسة والسعادة، أو بين الفرح والحزن، أو بين المعقول واللامعقول، يفقد حاسة تذوق الأشياء، ليحل محلها الإحساس بالملل والرتابة، فالبقاء في هذه المنطقة الوسطى قد يصيبه بحالة من التبلد.. فقد تعود الإنسان منذ التاريخ ان يكون بمشاعره على بعد من كل منهما على طرفي نقيض، ولكن البعد الثالث - حيث المنطقة الوسطي التي تقع بين النقيضين- منطقة مهزوزة تبعث على الألم والرتابة والسأم. فالإنسان حينما يحزن فإنه يدرك أسباب الحزن ويعرف أسباب التوتر ويتفهم العوامل التي آلت به إلى هذا، وكذلك حينما يشعر بالسعادة فإنه يدرك سر سعادته وأسبابها ويقدر العوامل التي أودت إليها... أما حينما يجد المرء نفسه حائراً في الوسط بين النقيضين؛ فلا يعرف هل هو مبتهج أو حزين.. حينما يعلو الوجه قسمات حائرة جاهدة ويفقد المرء القدرة على إشاعة جو مبهج لدى الآخرين، بل ويفقد القدرة على الطموح ورسم الخطط والأهداف، فتتلاشى في حياته ضرورات

البقاء، ويعجز عن التوصل إلى قناعة بوضعه المهزوز الذي قد يهز كل الثوابت لديه.

ومع أن هناك مقولة شائعة تشير إلى أن "خير الأمور الوسط" إلا أن الوسطية قد لا تصلح فيما يتعلق بالمشاعر.. إذ أن المشاعر لا يمكن أن تجد لها منطقة وسطى، فنحن "مع" أو "ضد"، ولكن لا يمكن أن تكون مشاعرنا "مع و ضد" في آن واحد.

وفي عالم الذكاء يقف الأغبياء على يمين المنحنى، بينما يقف الأذكياء على يساره، وينتصف المسافة تلك الفئة العادية أو المتوسطة الذكاء، مما يجعل هدفنا الانتقال بهم إلى عالم الأذكياء من خلال مجهود نفسي وذهني يهدف إلى تنمية القدرات من خلال التعليم المرن والتربية السليمة، حتى نستطيع أن ننمي ذكاء الفئة المتوسطة، أو نأخذ بيد قليلي الذكاء والانتقال بهم إلى مستويات ذهنية أعلى، لزيادة الكوادر القادرة على الأداء الفاعل في المجتمع.. وكلما زادت معدلات الذكاء في المجتمع، كلما كان ذلك مدعاة لتقدمه وسبباً في ارتقائه.

☐ تهوية النفس

لا تتركنا مطبات الحياة أو نتوءاتها الوعرة دون أن تسبب لنا إرهاقاً نفسياً، يستهلك من ذواتنا قدراً من الأوكسجين الذي تحتاجه للحصول على الطاقة النفسية اللازمة لممارسة الحياة. ومن الطبيعي بعد بذل جهد نفسي وحرق كم هائل من الأوكسجين، أن يتخلف قدر مماثل من العوادم النفسية، ومن ثم نحتاج في سبيل العودة إلى صفائنا النفسي، وتجديد لياقتنا النفسية، أن نعرض ذواتنا إلى الهواء الطلق، وأن نفتح النوافذ لتدلف منها نسمات الأمل فتحل محل العوادم النفسية.

وحينما يقول الأطباء إننا بحاجة دائمة إلى التريض في الحدائق أو المتنزهات خضراء، فإن هذه النصيحة تحوي معان ضمنية لها مردودها الطبي، ويتلخص هذا المعنى في تجديد وإنعاش الطاقة النفسية من خلال الأوكسجين الذي يمنحنا إياه الكلوروفيل الأخضر ومعادلات الطبيعة التي تتوازن بيئياً من أجل حياة أفضل للإنسان وللكائنات.

والإنسان ليس فقط بحاجة إلى تهوية ذاته وتخليصها من العوادم النفسية بالتنزه في الهواء الطلق، ولكنه يحتاج أيضاً إلى مضادات نفسية أخرى مثل قراءة أو الاستماع إلى تلاوة القرآن الكريم. وقد تكون الموسيقى الراقية أحد هذه المضادات، وكذلك الشعر، واللوحات الفنية، والفنون الرفيعة بصفة عامة. وكذلك للضحك أهميته. فكل من هذه الممارسات يساهم في تنقية ذواتنا من العوادم النفسية، وتجديد شبابها، ويحول دون أن تترك الأحزان أو المصائب ندبات وتشققات وتجاعيد على الوجه أو على جدران النفس.

إننا عندما نفتح للموسيقى نوافذ ذواتنا، فإنها تحمل معها أوجاع اللحظة لتأخذها بعيداً عن منطقة الذات، وتستدعي من مخزون ذكرياتنا أعذبها، تلك التي تتراقص في النفس برشاقة. كذلك لو فتحنا تلك النوافذ لكي يدخل منها عبق الشعر الجميل، إذ أننا حين نقرأ الشعر فإننا نعلن اللجوء الاختياري لمخيلة شاعر انطوى في نفسه العالم الأكبر، ومن ثم يحدث امتزاج بين عوالم الشاعر وعوالمنا المرهقة، يترتب عليه معالجة وشفاء للجروح الغائرة.

وهناك وسيلة مثلى لتهوية النفس وتنقية الذات، هي مداعبة أطفالنا والولوج إلى عالمهم البريء ومشاركتهم مرحهم ولهوهم وانطلاقهم، بل وألعابهم. فحينما قال نيتشه: "إن بداخل كل إنسان طفلاً يرغب باللعب والانطلاق" فقد عبر عن قدرة الأطفال على انتشالنا من عالم مليء بالضغينة والحقد والصراع والحسد والزهو المتشنج، والولوج بنا إلى عالم البراءة والصفاء.

وحينما يتحلى المرء بخصال أساسها التفاؤل وقوة الإرادة والرغبة في النجاح والقدرة على الفرح، فإن هذه العوادم لا تجد لها مكاناً في النفس تتقوقع فيه، فهذه الخصال في حد ذاتها ما هي إلا نوافذ مشرعة تسمح لدخول الهواء النقي إلى ذواتنا بلا توقف، فتجدد تلقائيا طاقاتنا وتتحول إلى جهد إيجابي لا يتوقف عن العطاء.

إنها دعوة إلى اعتناق التفاؤل، وإلى تقوية الإرادة، واللجوء لنوافذ مشرعة على الحب والجمال، سعياً إلى تهوية النفس.

التواصل

يقال إن لكل إنسان فرديته وسماته الشخصية المميزة التي تجعله متفرداً عن غيره، وأن ذواتنا كما بصماتنا لا تتطابق، ومع ذلك فبعض الأفراد يجمعهم سمات واحدة هي قواسم مشتركة تحقق فيما بين فردين أو أكثر، درجة في التواصل تساهم في تعميق وتوطيد الوشائج والصلات. وهذه السمات المشتركة لا يجمعها بالضرورة الوحدة أو التماثل بل قد تكون متكاملة. فنحن نلتقي في الحياة بكثيرين، ونتعرف على العديد من الشخصيات، ولكن من بين هذه الشخصيات ما نشعر أننا متواصلون معه على نحو ملحوظ وبطرق شتى.. ربما لأنه يشبع بعض أو كل احتياجاتنا النفسية، ويستجيب لمشاعرنا، أو تستجيب له... ويصبح ذاك التواصل على درجة من الخصوصية والحميمية التي قد تدهشنا وتثير فينا التساؤل: لماذا هذا الشخص بالذات من بين الجميع؟

وأحياناً تراودنا فكرة ما، نظن أنه لم يسبقنا إليها أحد.. وحينما نفاجأ أنه في ذات الزمان، وربما في ذات المكان، هناك من راودته الفكرة نفسها، فإننا نندهش، فرغم انعدام العلاقة بيننا، إلا أنه حدث توارد في الأفكار... وكثيراً ما يتهم أحد الكُتّاب بأنه قد سرق فكرة نص أو دراسة.. بالرغم من أنه لم يسرق ـو يقتبس، وإنما فقط حدث توارد في الأفكار.. فالفكرة الواحدة قد يفكر فيها اثنان كل منهما يعبر عنها بطريقته... وهو ما يمكن فهمه في ضوء نظرية العالم النفسي "غوستاف يونغ" التي تذهب إلى أن البشرية تستقي من نبع واحد في الأصل، هو نبع اللاوعي الجماعي المشترك.

وكثيرا ما يحدث أن يغادر فرد ويستقر في مجتمع آخر، ولكن هذا التنائي الجغرافي بينه وبين ذويه لا يعدمه التواصل بينه وبينهم.. ويحدث أن نشعر بما ألم بمن نحب كآبائنا وأمهاتنا واشقائنا ومن هم قريبون من قلوبنا، ونحس بما هم فيه رغم المسافة، فهناك أحاسيس غامضة تنساب عبر الجغرافيا والمسافات وتحقق تواصلاً ما مع من يمثلون في حياتنا قيمة غالية وجميلة.

قد لا نصدق بعض الأمور التي تحدث لنا. ولكن في الوقت نفسه لا يمكننا نفيها.. فلا يوجد تفسير نهائي لمثل هذه الأمور.. وربما أن العلم قد يصنف مثل هذه الأحاسيس في خانة الغيبيات.. فالعلم بطبعه لا يستطيع أن يركن إلى أشياء ومعتقدات يصعب إخضاعها للبحث العلمي، خاصة أن ظاهرة التواصل عن بعد وتوارد الخواطر لا يشترك فيها كل الناس.. كما أنها تعتمد على أحاسيس ومشاعر، وليس على ماديات يمكن إخضاعها للبحث.. ولكن قد يستطيع العلم مستقبلاً إماطة اللثام عن هذه الأسرار الغائبة في شخصية الإنسان، والتي نصنفها الآن على أنها خزعبلات وأوهام، فيضع لها التوصيف والتفسير العلمي الذي يكشف كيف تنشط هذه الحواس وتصير أكثر رهافة وقدرة على استشعار أمور غيبية، ليبرهن على عظمة الخالق الذي أغدق علينا الكثير من الحواس والقدرات الاتصالية مع الآخرين.

❑ كسوف الشمس .. وردود الأفعال

خُدعت العصافير بكسوف الشمس، فأسعدتنا بتغريدها مرتين. مثلما أسعدنا هذا الالتفاف البشري حول ظاهرة كونية رائعة لا تتكرر إلا مرة كل عدة سنوات، تابعها الجميع معاً، واتجهت أنظار العالم كله إلى قرص الشمس وقد غطته مساحات من القمر... تارةً بشكل حلقي، وأخرى بشكل جزئي، وثالثة بشكل كلي.

لفت نظري أثناء متابعتي للتغطيات الإعلامية للحدث، أن أحد الأوروبيين توجه إلى المكان الذي اختاره لرؤية الكسوف عنده؛ يقود سيارته التي تسير بالطاقة الشمسية، وكأنه يؤكد أن الشمس لا تغيب، وأن القمر لا يمكنه حجب الشمس إلا لبضع دقائق، وأن طاقة الشمس هي الطاقة الأعظم في الوجود، حتى لو داهمها الكسوف.

الظاهرة وإن كانت طبيعية ومثيرة وجميلة، إلا أن هناك شقاً تجارياً مهماً على هامش الحدث، فمثلاً نظمت إحدى الشركات الأمريكية رحلة جوية باهظة التكاليف على طائرة من طراز "كونكورد" لمن يرغب في مشاهدة كسوف الشمس على ارتفاع يصل إلى خمسين ألف قدم. كما راجت مبيعات النظارات الواقية من أشعة الشمس بشكل كبير لمن يريدون رؤية الكسوف دون أضرار.

ورغم أن الظاهرة واحدة، إلا أن هناك تبايناً واضحاً في ردود أفعال الشعوب حولها. فهناك من استقبلها بفرحة، وحرص على متابعتها في أجواء احتفالية يسودها المرح. وهناك من

استقبلها بتشاؤم باعتبارها إحدى صور غضب الطبيعة، والبعض انتابه الحزن والبكاء والانزعاج. إحدى العائلات أقدم أفرادها على الانتحار إيماناً منهم بأن كسوف الشمس في نهاية القرن؛ هو نهاية للعالم.

أحد مصممي الأزياء الفرنسيين أعاد للأذهان تنبؤات "موسى تراد موسى" مؤكداً أن باريس سوف تختفي في لحظات الكسوف حينما تصطدم بها محطة مير الروسية، وما كان منه إلا أن حزم حقائبة وهرب، تاركاً باريس وعروض الأزياء.

وهكذا تتباين ردود الأفعال تجاه الظاهر الطبيعية بين التفاؤل والتشاؤم، وبين الفرحة والحزن. بين إدراك عظمة الخالق والتأمل فيها، وبين الرهبة والخوف من غضب الطبيعة. وتبقى الظاهر الطبيعية آية من آيات روعة الخلق وقدرة الخالق.

◻ مشروع القرن .. وازدياد الفقر

أشار التقرير الذي وضعته الأمم المتحدة لتقليل عدد الفقراء في العالم، إلى أنه بحلول عام ٢٠١٥ سيصل عدد الفقراء إلى نصف عددهم الآن. لكن آخر تقرير أعده الدكتور جيفري ساشز أستاذ الاقتصاد بجامعة هارفارد، يؤكد أن العديد من الأهداف التي وضعتها الأمم المتحدة لتقليل عدد الفقراء، مازالت صعبة التحقيق. ومازالت الأمراض تنتشر، والحروب تندلع، والدول الفقيرة تزداد فقراً.

يدعو التقرير إلى الكثير من السياسات اللازمة لتقليل عدد الفقراء، ويقدم الكثير من الحلول للوصول إلى هذا الهدف. لقد طرح التقرير أفكار جماعية جديدة لتمكين الدول الفقيرة من المضي قدماً في تنفيذ استراتيجيات تقليل الفقر، وتحويل الأموال من الدول الغنية إلى الدول الفقيرة، وتغيير شروط وقيود التجارة، والاهتمام بالبنية التحتية في الدول الفقيرة.

ولكن.. هل تستطيع هذه الأفكار والحلول التي يطرحها ساشز في تقريره أن تقلل من نسبة الفقراء في العالم؟

وهل ستقل نسبة الفقر في العالم؟

وهل سيكون تقرير الدكتور ساشز كافياً لمساعدة الفقراء في العالم.. وتخفيض ديون الدول الفقيرة؛ وخاصة الدول الإفريقية؛ والتي تشير التقارير إلى أن فوائد ديون هذه الدول فاقت أصل الديون..

وبالرغم من بعض المحللين وصف مقترحات ساشز بأنها "ضعيفة" ولن تساعم في تحسين وضع الفقراء في العالم.. ولكن

الدعوة التي دعا إليها بطرح أفكار "جماعية" جديدة لمساعدة الدول الفقيرة للمضي قدما في تمويل استراتيجيات تقليل الفقر، قد تكون بذرة أمل؛ إذا ما استجيب لها؛ فطرح مثل هذه الأفكار يجب أن يكون بمشاركة كل الفئات. ولعل أفكار الشباب الذين يعانون من الفقر ستكون هي الأفضل.. بما في ذلك الصغار، فالطفل بصفاء ذهنه، وقدرته على الإحساس بوضعه؛ قد يضع حلولاً لا يفكر بها الراشدون أنفسهم.

فلنشرك الشباب والأطفال في وضع الخطط وطرح التصورات واقتراح الحلول.. وليركز العالم على الأطفال الفقراء لوضع الحلول لأنفسهم، ولمجتمعاتهم.

أبعد الله شبح الفقر عن كل أطفال العالم...
وأدام نعمه علينا جميعاً.

☐ الانتحار.. و قتل النفس

من نواميس الحياة أن نكون جديرين بها، تواقين للعيش فيها بحلوها ومرها... وتتفاوت وعورة التضاريس التي نمشي عليها، ولكنها في النهاية هي الحياة التي ليست دائما برية جدباء، ولكنها أحياناً سهول نضرة وزهور فواحة العطر. ومع ذلك فهناك بشر تنتفي لديهم الرغبة في الحياة فيكون قرار قتل الذات "الانتحار" هو آخر وأخطر قراراتهم.

والذين ينتحرون قد بلغت بهم درجة القنوط واليأس مبلغها، ينتفي لديهم الطموح في الوجود، وتتصاغر أهمية الحياة، ومن ثم تتحول الدنيا في عيونهم إلى وجود عبثي لا طائل منه، وكأنهم بانتحارهم يتوسلون قطع الحلقة المفرغة من العذابات التي يعيشون فيها ويحلقون من حولها قسرياً دون أمل أو هدف.

ظاهرة الانتحار هي بكل المقاييس من أكثر ظواهر العنف خطورة، وأكثرها انطوائية، بل وأدعاها إلى تدخلنا... خاصة وأن هذه الظاهرة لها وجود متكرر في منطقة الخليج العربي، حتى وإن كانت بنسب صغيرة لا تشكل ظاهرة لافتة للنظر على الصعيد الإعلامي. وقد يكون ذلك للتحفظ إزاء هذه الظاهرة، وحساسيتها، خاصة من الناحية الدينية، فالشريعة الإسلامية تعتبر الانتحار من أكبر الكبائر بعد الشرك بالله... كذلك لا يمكن التعرف على حقيقة المشكلة لأن الكثير من الحالات لا يتم التبليغ عنها.. ويعتبر الموت قضاء وقدراً وبالتالي فإن البيانات وإن توصل إليها الباحث من الجهات الرسمية فإنها لا تعبر عن واقع المشكلة.. مما يعوق بحث المعدلات الفعلية للظاهرة في كل المجتمعات الإسلامية وليس الخليجية فقط.

وتشهد الدول الإسكندنافية أكبر نسبة من حوادث العالم انتحارا، رغم حياة الرفاهية التي يعيشها الفرد هناك، وهو ما يجيب على سؤال حول ما إذا كان الفقر هو شبح الموت الوحيد الذي يؤدي للانتحار... فما يحدث في الدول الإسكندنافية يلغي عامل الفقر من بين العوامل المسببة للظاهرة.. فالفقراء لديهم دائماً بدائل من فواكه أخرى في الحياة يمكنهم أن يستعيضوا بها عن علقم الشح والعوز والحاجة، وبالتالي فإن العامل المادي وإن كان من بين العوامل المهمة المسببة للانتحار، إلا انه ليس العامل الوحيد والأساسي.

ولكن هل الانتحار في منطقة الخليج هو فقط انتحار بالمعني المعجمي للكلمة؟.. لا شك أن هناك ظواهر أخرى مرادفة للانتحار، منها ظاهرة العزلة.. فليس الانتحار فقط هو موت فسيولوجي، ولكنه أيضاً موت اجتماعي، وبوسعنا أن نرى نماذج عديدة انطوت إلى درجة شديدة من العزلة، وحكمت على نفسها بما يشبه الإقامة الجبرية بين اربعة جدران إلى درجة أنها لم تعد موجودة في الحياة إلا وجوداً إكلينيكياً، في حين أنها بكل المقاييس متوفاة اجتماعياً.

ولهذا فإن ظاهرة الانتحار يجب ألا تختص فقط بمن يقتلون انفسهم شنقاً أو حرقاً، ولكن أيضاً أولئك الذين يموتون بالعزلة أو يعتزلون الحياة إلى حد الموت. وهو أصعب أنواع الانتحار خاصةً على الأهل.. وهذا النوع من الانتحار يحتاج إلى دراسات وأبحاث لوقوف على أسبابه في للحد منه في مجتمعاتنا. فالفرد هو عماد الوطن، وفقدان أحد أفراده بهذه الطريقة الرهيبة، يمثل خسارة فادحة للوطن وللمجتمع.

❑ انتبهوا أيها الرجال

تصدر عن الطفولة تساؤلات.. تكون مبنية على ما يشاهدونه من حولهم.. واحيانا تكون توقعات مبنية أيضاً على ما يدور حولهم من أمور ومشاهدات..

كان ابني وهو في سن الطفولة يبدأ حديثه لوالده عن المستقبل بعبارة :"ولما تموت يا بابا".. ويكمل تصوراته المستقبلية..

فسأله والده ذات يوم: لماذا دائما تقول "لما تموت يا بابا".. ولا تقول: "لما تموتين ياماما؟"..

فرد ببراءة الطفولة: "لأن الآباء يموتون، والأمهات ما يموتون"... وقد استقى قناعته هذه من واقعه المحيط، فالجدة ما تزال موجودة، بينما الجد متوفى منذ زمن.

صادفتني دراسة منشورة على شبكة الإنترنت بعنوان: "لماذا يموت الرجال في سن اصغر من النساء؟".

ويقول البروفسور سيجفرايد ميرين رئيس الجمعية الدولية لصحة الرجال في فيينا إن تراجع العمر الافتراضي للرجل، وارتفاع مستويات الإصابة بالسرطان بين الرجال، والمشكلات الجنسية الشائعة.. خلقت أزمة في صحة الرجل، ودعت إلى ضرورة إيجاد حلول دولية للمشكلات الصحية للرجل.. ويقول ميرين إن الرجال يموتون في سن أصغر من النساء لأسباب يمكن منعها، فهم غير مدربين على مواجهة الطوارىء الصحية، أو على الاعتناء بصحتهم. كما أنهم يحجمون بشكل أكبر عن التحدث عن مشكلاتهم الصحية والجنسية، ويرجئون زيارة الطبيب.

ويضيف موضحاً: إن المشكلة تبدأ في الطفولة عندما يتم تشجيع الفتيات على رعاية أنفسهن والآخرين.. في حين يطلب من الأولاد أن يكونوا أقوياء، وأن يتحملوا الإصابات والألم.. ولذلك ففي الوقت الذي تسعى فيه المرأة إلى استشارة الطبيب فور تعرضها لأي مشكلة صحية.. يميل الرجل إلى تجاهل ذلك، وحينما يتطلب الأمر المساعدة - وعادة ما يكون ذلك بتشجيع من نساء مقربات- يمكن أن تكون حالته قد أصبحت خطيرة.

وتشير الإحصاءات إلى أن صحة الرجل ليست أفضل مما كان عليه الحال قبل ٣٠ عاماً.. فاحتمال موت الرجل في حوادث سيارات يزيد ست مرات - واعتقد انه في قطر تتضاعف هذه النسبة- كما أن معدل الانتحار بين الرجال يزيد بشكل كبير عن معدله بين النساء.

وتدعو الجمعية الدولية لصحة الرجل وجماعات أخرى في بداية الأسبوع الدولي الأولي لصحة الرجال؛ المؤسسات الوطنية والدولية إلى تطوير سياسات وخدمات صحية للوفاء باحتياجات الرجال ولتحسين تدريب الأطباء على معالجة صحة الرجال ومشكلاتهم الجنسية.

فانتبهوا أيها الرجال!

❑ لنسعد الآخرين.. حتى لو لم نسعد معهم

في إحدى المستشفيات كان مريضان مسنان يقيمان في غرفة واحدة.. كان أحدهما يجلس في سريره لمدة ساعة يوميا بعد العصر، ولحسن حظه فقد كان سريره بجانب النافذة الوحيدة في الغرفة، اما الآخر فلم يكن مسموحاً له بالحركة، وعليه أن يبقي مستلقياً علي ظهره طوال الوقت.

وفي كل يوم بعد العصر.. كان الأول يسري عن رفيق غرفته بوصف العالم الخارجي من النافذة التي يطل عليها سريره.. وكان الآخر ينتظر هذه الساعة باللهفة نفسها عند صاحبه.. فهي الجسر الوحيد الذي يربطهما بالعالم الخارجي. كان يستمتع بوصف صاحبه للحياة في الخارج، ففي الحديقة كان هناك بحيرة كبيرة يسبح فيها البط.. والأولاد يمرحون بصنع الزوارق واللعب بها داخل الماء.. وهناك رجل يقوم بتأجير المراكب الصغيرة لهواة الإبحار في البحيرة.. حول البحيرة تشابكت أذرع الأزواج وهم يتمشون.. بينما آخرون يتنعمون بظلال الأشجار، أو يتنسمون عبق الزهور متنوعة الألوان... السماء أيضاً أبت إلا أن تشارك في نسج هذه اللوحة البديعة صفواً.

كان الأول يسرد ما يراه في الخارج بدقة شديدة، بينما يغمض صاحبه عينيه ويبدأ في تخيل تلك الأجواء البديعة للحياة خارج المستشفى.

ذات يوم وصف له عرضاً عسكرياً.. ورغم أنه لم يسمع عزف الفرقة الموسيقية، إلا أنه كان يراها بعين عقله من خلال وصف صاحبه لها.

ومرت الشهور، وكل منهما سعيد بصاحبه. حتى جاءت الممرضة في صباح أحد الأيام، فوجدت المريض الذي بجانب النافذة قد قضى نحبه خلال الليل.. حزن عليه صاحبه أشد الحزن، وطلب من الممرضة أن تنقل سريره إلى جانب النافذة... تحامل على نفسه، ورفع راسه بصعوبة، ليرى العالم الخارجي لأول مرة بعينه هو لا بعين صاحبه...

وكانت المفاجأة!

لم ير أمامه إلا جدار أصم من جدران المستشفى... فقد كانت النافذة تطل على ساحة داخلية.. نادى الممرضة وسألها إن كانت هذه هي النافذة التي كان صاحبه ينظر من خلالها... فأجابت إنها هي، ولا يوجد غيرها في الغرفة... فحكى لها ما كان يصفه له صاحبه عبر النافذة.

تعجبت الممرضة كثيراً وقالت له: ولكن المتوفى كان كفيفاً... حتى الجدار الأصم لم يكن بمقدوره رؤيته... لكنه اراد أن يمنحك قدراً من السعادة يسري ويخفف عنك، حتى لا يصيبك اليأس.. أو تتمنى الموت

فما أجمل ان نسعد الآخرين... حتى لو لم نسعد معهم.

❑ الأطفال والتفاؤل

قد يعتقد البعض أن التشاؤم والتفاؤل أمران يخصان الكبار فقط، ولكن في الحقيقة فإن الأطفال أيضاً قد تغلب عليهم النظرة إما التفاؤلية أو التشاؤمية للحياة. وفي حديث سابق عن التفاؤل والتشاؤم في حياتنا، عرفت التفاؤل بأنه الإقبال على الحياة، التمني المستمر الذي لا يتوقف، التجول في الحياة بفرح على الرغم من الانعطافات الاقتصادية والأخاديد الاجتماعية والحفر الأسرية التي تواجه الإنسان، هو الإحساس المثمر بالزهو عند مواجهة التحدي، وهو الأمل الذي يقف كالجدار العالي امام العواصف والأعاصير العاتية. وكثيراً ما حرصت على توضيح قيمة التفاؤل وبيان أهميته... بينما فسرت التشاؤم بأنه طلاء أسود يلون به الفرد حياته فلا يري الأشياء بألوانها الزاهية، فيتحول كل شيء في عينيه وفي حياته إلى الداكن السوداوي، فتكون رؤيته للعالم امتداداً لهذا الطلاء القاتم الذي يلون اعماقه.. وقد يكون هذا نتيجة الضغوط النفسية المتراكمة.

كنت أتصفح أحد مجلة الثقافة النفسية التي تصدر عن مركز الدراسات النفسية والجسدية في لبنان، وشدني ملخص دراسة بعنوان "التفاؤل والتشاؤم لدى الأطفال" أعدها الدكتور "محمد بيومي على حسن" وقام بتطبيقها على أطفال بعض المدارس الابتدائية بالمدينة المنورة في المملكة العربية السعودية، ممن تتراوح أعمارهم بين ١٠- ١٢ سنة.

هدفت الدراسة إلى قياس التوقعات المستقبلية لتفاؤل الأطفال أو تشاؤمهم، و تحديد العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم من جهة وبين شعبية الأطفال بين زملائهم من جهة أخرى.

واوضحت النتائج أن ٩٣,٥٧% من الأطفال متفائلون بينما ٤,٣٧% منهم متشائمون، كما أوضحت عدم وجود فروق بين الأطفال الذين يتمتعون بالشعبية بين زملائهم، وأولئك الذين يفتقرون إلى الشعبية. وأن هناك دلالة احصائية في نظرتهم المتفائلة إلى المستقبل.

ناقش الباحث نتائج دراسته في ضوء العوامل الاجتماعية والنفسية التي رأى انها تؤدي إلى تحيز الأطفال للتفاؤل في حياتهم المستقبلية، كما قدم في نهاية بحثه بعض التوصيات الموجهة للوالدين لمساعدتهما في إبعاد طفلهما عن التشاؤم وزيادة نظرته المتفائلة إلى المستقبل.

هذه الدراسة تثبت بالفعل ما يعتقده الكثيرون بأن عالم الطفولة خال تقريبا من تلك النظرة التشاؤمية التي تغلب على عالم الكبار الملوث بالإحباطات والقلق الناجم عن زيادة ضغوط ومشاكل الحياة.

فلنحافظ على صفاء عالم اطفالنا.. ولنعمل جاهدين للإبقاء عليه نقياً براقاً نظيفاً من كافة أنواع الشوائب والمنعطفات الحياتية... لا ينبغي ان نورثهم احقاداً أو ضغائن أو حساسيات تجاه الأفراد أو الأشياء.. أو أن نملي عليهم طبائعنا ورغباتنا وأمانينا التي لم نستطع تحقيقها نحن، ونرغب في رؤتها تتحقق بهم... فلكل طفل ميوله وقناعاته وتوجهاته ورغباته وأحلامه الخاصة به، لأننا في النهاية لن نقدر على شق طريق له ليسير فيه، ولا رسم هدف ليقوم هو على تحقيقه، فكما قال جبران "إن أولادنا هم أولاد الحياة".. ومع ذلك بمقدورنا أن نؤثر على نظرتهم للحياة وأن نلونها بألوان تفاؤلية، وأن نزيح غمامة التشاؤم من أعينهم.

❑ احتفال بدء المواظبة على الصلاة

كان عيد ميلاد ابنها العاشر.. وأقامت صديقتي أم محمد حفلاً كبيراً دعت إليه أصدقاء ابنها وصديقاتها ومعارفها.. لم يكن حفل عيد ميلاد، وإنما حفل بدء المواظبة على الصلاة..

ما أجمل تفكير هذه الأم التي سبق وأقامت له حفلاً مماثلاً عندما بلغ السابعة من عمره اسمته "حفل التدريب على الصلاة".

إن التشجيع على إقامة الصلاة والمواظبة عليها، يجب أن يكون منذ الصغر، فالمرحلة العمرية من ٣ - ٥ سنوات هي مرحلة بداية استقلال الطفل، وإحساسه بكيانه وذاتيته، وهي في الوقت نفسه مرحلة الرغبة في التقليد.. ومن الخطأ أن نمنعه إذا وقف بجوارنا ليقلدنا في الصلاة، بحجة أن الصلاة ليست مفروضة عليه الآن.. ولكن لندعه على الفطرة يقلد كما يشاء، ويتصرف بتلقائية لتحقيق استقلاليته من خلال فعل ما يختاره ويرغب فيه وبدون تدخلنا، اللهم إلا حين يدخل في مرحلة الخطر.

فالأطفال في هذه السن قد يمرون أمام المصلين أو يجلسون أمامهم أو حتى يعتلون ظهورهم.. ويجب أن لا ننهرهم خاصة إذا لم يكن هناك من يهتم بهم أثناء صلاتنا.

وفي هذه المرحلة نبدأ بتحفيظ الطفل السور القصيرة: الفاتحة والإخلاص والمعوذتين... ثم ننتقل للمرحلة الثانية وهي مرحلة الطفولة المتوسطة ما بين الخامسة والسابعة وهنا يلجأ الأهل إلى الحديث المبسط اللطيف الهادىء عن نعم الله وفضله وكرمه... ومن الضروري تدعيم هذا الحديث بالأمثلة، فهذا يحبب الطفل في الله من تلقاء نفسه..

إن التعزيز الإيجابي مهم جداً لتصبح الصلاة جزءاً أساسياً من حياة الطفل، لا أن تتحول إلى مجرد عادة، ولكن تبقى في إطار العبادة.. لذلك لا بد من التركيز في تدريس العقيدة على السرد القصصي من القرآن والسنة.. وما أكثر وأروع القصص الإيمانية، كقصة الإسراء والمعراج التي فرضت فيها الصلاة، أو قصص الصحابة الكرام وحرصهم وتعلقهم بالصلاة.

ويمكن استخدام التحفيز لتنفيذ سياسة التدريب على الصلاة.. وبالتدريج. ويجب أن يعلم الطفل منذ الصغر أن السعي إلى الصلاة، سعي إلى الجنة... ومن المهم الابتعاد عن أسلوب الوعظ المباشر، أو النقد الشديد، أو الترهيب والتهديد..

أما في المرحلة الثالثة وهي مرحلة الطفولة المتأخرة ما بين السابعة والعاشرة.. يلاحظ الأهل أن الطفل يكون متمرداً وعنيداً، ويشتكون عدم التزامه بالصلاة.. وقد يكذب فيما يتعلق بصلاته، فقد يدعي أنه صلى، وهو لم يصل، ليهرب من إعادة السؤال والإلحاح من قبل الأهل. وما أجمل ما أرشدت إليه إحدى الكاتبات في هذا الصدد من ضرورة ابتعاد الأهل عن السؤال المباشر، مثلاً "هل صليت العصر؟"، لأن بعض الأطفال قد يميل إلى الكذب.. والأولى من ذلك هو التذكير بالصلاة في صيغة تنبيه لا سؤال، وإذا حصل وكذب الطفل وقال صليت في حجرتي، فترد عليه أمه مثلاً: "لقد استأثرت حجرتك بالبركة.. فتعال نصلي في حجرتي لنباركها، فالملائكة تهبط بالرحمة والبركة في أماكن الصلاة.. وتحسب صلاتك نافلة" ولنقل ذلك بابتسامة هادئة، حتى لا يلجأ الطفل للكذب ثانيةً.

النون .. والواو

حسبت تفوق البنات على الأولاد في نتائج الامتحانات ظاهرة خليجية أو عربية، حتى فاجأني إعلان نتائج الـ GCCE الثانوية العامة قبل أيام في بريطانيا، فالبنات هناك، أيضاً، وحصدن المراكز المتقدمة الأولى.

لم يفوت الرأي العام البريطاني هذه الظاهرة، رغم تكرارها، من دون مناقشة وتحليلات تضمنتها الكثير من البرامج التليفزيونية الجماهيرية. فقد انتقلت كاميرات أحد البرامج الصباحية، إلى إحدى أشهر مدارس بريطانيا الثانوية، لتبث على الهواء مباشرة، لحظات إعلان النتائج، وكان اللافت للنظر أن البنات تفوقن بدرجة أحرجت الطلاب، وأشعرتهم بالخجل.

الظاهرة تحفز على التفكير، وتستدعي دراسة عوامل عدة، لكشف اسباب هذا التفوق الظاهر لنون النسوة على واو الجماعة!.

وقد تكون لها تفسيرات لا تختلف عن نفس الظاهرة لدينا في قطر والخليج أو الدول العربية. فيقال إن البنات في هذه السن أكثر قدرة على التلقي والاستيعاب والانشغال بالدراسة...إلخ بينما الأولاد منشغلون أو تتنازعهم اهتمامات عدة تقلل من قدرتهم على التلقي والاستيعاب. على الرغم من أن الحياة الاجتماعية في بريطانيا لا تمييز فيها بين الجنسين، لا من حيث الظروف، ولا من حيث البيئة الاجتماعية المحيطة بهما.

السؤال الذي يتبادر الى الذهن: هل يستمر هذا التفوق فيما بعد المرحلة الثانوية؟ أي في المرحلة الجامعية. وهل سنشهد قريبا سيطرة بحثية وعلمية للطالبات، مقارنة بالطلاب الذكور؟

وهل هذا التفوق في هذه المرحلة العمرية هو استثناء ليس له توالٍ؟ أم قاعدة لها امتداد؟

إنني لا التقط خيوط هذه الظاهرة بانحياز لبنات جنسي، و لا اطرح تصوراً يحتاج إلى تفسير علمي يتجاوز الرأي العابر أو غير مكتمل الأركان. لأننا في قطر نشهد الظاهرة نفسها، رغم أن البيئة الاجتماعية التي تعيش فيها الفتاة أكثر ضغطاً من نظيرتها التي يعيش فيها الشاب. وقد تعودنا أن نرجع تفوق بناتنا الى هذا التفاوت.. ولكن ماذا والظاهرة ذاتها في بريطانيا التي تتمتع فيها الفتيات بحريات لا تقل عن حريات وحقوق وظروف الفتيان.

إذن تفوق النون على الواو لا يرتبط بالبيئة الاجتماعية. لكن تحكمه عدة عوامل اخرى تحتاج الى درجة من الجرأة والمصارحة.

فهنيئا لنون النسوة تفوقها وإثبات وجودها في كافة المجالات.

☐ مفهوم الزواج وأهمية الأسرة

فنانة هولندية عمرها ١٩ عاماً اسمها جينفر هويس، تزوجت من نفسها لتبرهن للناس على مدى عشقها للمناحي الإيجابية المختلفة من شخصيتها... وأقامت مراسم زفاف كاملة بما في ذلك فستان الزفاف.. وقام حاكم المدينة بتمثيل دور المأذون، رغم أن هذا الزواج لم يتم تسجيله رسمياً.

تقول جينفر هويس: "أردت إشراك الآخرين في فرحتي بالزواج من نفسي والانفراد* بها إلى الأبد، حتى لا يطمع طامع في منافستي على نفسي التي أغار عليها حتى من نفسي"!

وتقول إنها تعتبر هذا الزفاف مكافأة للسنوات التي قضتها في صراع بين الجوانب العاطفية والاجتماعية والعملية من شخصيتها. وتضيف: "استطعت مؤخراً توحيد النواحي المتصارعة من شخصيتي بعد أن اكتشفت أن الزواج من نفسي هو أفضل وأنسب وسيلة منطقية للمحافظة على تماسك تلك الأجزاء".

وتؤكد جينفر أنها لا تعتزم الزواج من غير نفسها في المستقبل. وتابعت: "لن أطلق نفسي مهما حدث منها، ولا أريد من أحد التدخل بيني وبين نفسي لفض النزاعات العائلية، فقد آليت على نفسي أن أكون مطيعة لها، وأن أعمل على إرضائها بكل السبل، وفي جميع الظروف والأحوال"!

هناك الكثير من الأشخاص لديهم ميول جنسية مثلية، ولكننا هنا نقرأ عن أمر أكثر غرابة، وأكثر تخريباً لكل القيم الإنسانية المتعارف عليها. وبالرغم من أنه لا يشكل ظاهرة، ولكن مجرد إباحته من قبل سلطة رسمية متمثلة في حاكم المدينة

يثير القلق على واقع مستقبل الأسرة في العالم، خاصة إذا وضعنا في الاعتبار الإحصائيات المعلنة عن تراجع نسب الذين يقدمون على الزواج في العالم، والاكتفاء بالعلاقات غير الشرعية

الزواج هو استمرارية الحياة، وقد رغبت كل الأديان فيه، وحثت عليه، لما يحققه من مقاصد إنسانية، فالزواج هو شرعية كونية، تقوم عليها الحياة في الكون. يقول الله تعالى في القرآن الكريم: (وَمِن كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ) ، (سُبْحَانَ الَّذِي خَلَقَ الأَزْوَاجَ كُلَّهَا مِمَّا تُنبِتُ الأَرْضُ وَمِنْ أَنفُسِهِمْ وَمِمَّا لا يَعْلَمُونَ) وهو يعني التقابل بين الموجب والسالب، حتى في الذرة التي هي قاعدة البناء الكوني، تتكون من من إلكترون وبروتون، أو شحنة كهربائية سالبة وأخرى موجبة، فهذا التزاوج هو سنة كونية، لا ينبغي للإنسان أن يشذ عنها. ومنذ أن خلق الله آدم وأسكنه الجنة، لم يدعه فيها وحده، بل خلق من جنسه زوجاً (هُوَ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا) فهذا الزواج يتآلف مع السنة الكونية، ومن ناحية أخرى فإنه السبب الوحيد لبقاء النوع البشري. فالله سبحانه وتعالى خلق الإنسان ليعمر الأرض، ويكون له خليفة فيها.

وهناك مقصد آخر للزواج، وهو ما نطلق عليه الغريزة الجنسية، أو الدافع الجنسي الفطري، فالرجل يميل إلى المرأة، والمرأة تميل إلى الرجل بحكم الفطرة البشرية، فلابد أن تشبع هذه الفطرة، فشرعت الأديان الزواج لتنظيم وتقنين إشباع الغريزة، حتى لا يطلق لها العنان. فكان نظام الزواج والذي معناه الأسرة والحفاظ عليها.

اللهم أبعد عن مجتمعاتنا الأفكار الفاسدة المدمرة، وأدم علينا نعمة العقل.

□ قراءة ما بين السطور

كثيراً ما لا يدل ظاهر الكلام على باطنه، إلى درجة انك تحتاج أحياناً إلى مجس لقياس درجة حرارة الصدق فيما تسمعه.. فنبرات صوت الإنسان تدل على مصداقيتة. وكلما جاءت نبراته قويه معبرة، كلما برهن ذلك على صدقه وثقته فيما يقول. اما حين تجيء نبراته ضعيفة مترددة، فقد يشكك ذلك في مصداقيته.

وفي واقع الأمر فإننا لا نستعين بالأذن فقط لاستشفاف مصداقية الآخرين، لكننا نحتاج أيضاً إلى مجموعة من الحواس الأخرى، خاصةً تلك الحاسة الأكثر حساسية، والتي يطلق عليها الحاسة السادسة.

يحكى أن امراة دخلت على الرشيد في مجلسه، وفي داخلها تحمل له الكراهية والحقد النفس... سألها الرشيد عن حاجتها، فقالت: يا أمير المؤمنين.. أقر الله عينك، وفرّحك بما أتاك، وأتم سعدك..

أُعجب الجميع بفصاحة المرأة، عدا الرشيد الذي سألها : من تكونين أيتها المرأة؟... فقالت: من آل برمك، ممن قتلتهم وسلبت أموالهم..

فأجابها الرشيد: فأما الرجال فقد مضى فيهم أمر الله، وأما المال فمرده اليك..

ثم التفت للجمع قائلاً : أتدركون ما أجابت به المراة؟ فقالوا: كل الخير يا أمير المؤمنين... فقال: ما أظنكم فهمتم قولها...

أما قولها: "اقر الله عينك" أي أسكنها، والعين لا تسكن إلا بالعمى..

و أما قولها : "فرحك بما أتاك" فاقتبسته من قوله تعالى: (حَتَّى إِذَا فَرِحُواْ بِمَا أُوتُواْ أَخَذْنَاهُم بَغْتَةً فَإِذَا هُم مُّبْلِسُونَ)

واما قولها : "وأتم الله سعدك"، فمن قول الشاعر :

إذا تم أمر بدا ناقصاً ترقب زوالاً إذا قيل تم

فتعجب القوم من بداهة الرشيد وسعة أفقه...وفي الحقيقة فقد تعجبتُ انا اكثر لفصاحة تلك المرأة...

فظاهر القول لا يدل دائماً على بواطنه..

□ تأملات في لغتنا العربية

هناك قواسم مشتركة بين الحروف المكونة للمفردات، ومعانيها... ومن تأملاتي في لغة الضاد، لفت انتباهي أن حرف الحاء.. ذلك الحرف الذي يستوجب النطق به استدعاء الصوت من عمق الحلق، هو حرف يدخل في بناء العديد من المفردات ذات المعاني السامية، مثل: الحنان، الحب، الاحتواء، الحلم، الحسن، الإحساس، الحيوية، الحكمة... وغيرها. وغالباً ما يجيء حرف الحاء في بداية المفردة.. مع أن هذا الحرف ليس شائعاً في أكثر اللغات، ولكنه أحد الحروف التي تستخدمها أبجدية ضادنا المتميزة..

كذلك أتأمل أحياناً بعض المفردات المكونة من الحروف نفسها، ولكنها مختلفة التركيب أو الترتيب، فمثلاً مفردة "أمل" تتكون من حروف الألف و الميم واللام، فإن غيرنا ترتيب هذه الحروف، تكونت لدينا كلمة "ألم".. أي أن الألم هو المضاد أو المعكوس للأمل، والعكس أيضاً صحيح... فلم ترحل اللغة إلى حروف أخرى للتعبير عن عكس الأمل، بل إنها استخدمت الحروف نفسها،.فقط مع تغيير ترتيب هذه الحروف لينتج معكوس اللفظ والمعنى..

لكن هل يمكننا أن نكتشف في اللغة تذكرة دواء؟ هل حينما نشعر بشعور ما يمكننا أن نجد نقيضه بإعادة ترتيب حروفه أو عكسها لمعالجة مشاعرنا؟... إن اللغة ليست فقط مجرد وعاء للتخاطب والتعبير، لكنها أحياناً تحوى عقاقير دوائية للناطق بها، إذا تأملها محاولاً التوصل إلى فلسفة تخفف عنه معاناة ما.

في لحظة من لحظات حياتي تواجهت مع الألم وجهاً لوجه، فلم أكتف بأن أستشعره واعانيه، ولكنني رافقته في رحلة لغوية، عدت منها بإصرار على الخلاص من الألم، بتغيير ترتيب حروف المفردة، وصولاً إلى الأمل... اي أنني بحاجة إلى أمل جديد لتبديد الألم... إذ أن الأمل لا يمثل فقط علاجاً للألم، ولكنه اشبه بالمقوي العام الذي يستنهض أعضاء الجسد لتقوم من هزالها وتعاود الحركة في نشاط ودأب..

إذن اكتشفت علاجي في اللغة، واكتشفت إن اللغة تحتاج منا المزيد من التأمل.. ولا يقتصر الأمر على لغة الضاد، ولكن أيضاً يشمل لغة شكسبير.. اللغة التي أبحرت معها أثناء وجودي في أسكتلندا... بالرغم مع إنها لم تستطع أن تأخذني كليةً من لغتي الحبيبة، اللغة التي ما زلت أحلم بها في منامي، فكما يقول علماء النفس فأن اللغة التي يحلم بها الإنسان هي لغته الأقوى والأقرب إلى نفسه..

❑ لحظات الوداع والأحاسيس الشجية

لحظات الوداع من أصعب لحظات العلاقات الإنسانية، فهي لا توجع القلب فقط، ولكنها تتسبب في استلاب عاطفي نفارق فيه من نحبهم، أو ارتبطنا بهم؛ سواء وظيفياً أو إنسانياً.

خلال يومين متتاليين، حضرت حفلي وداع، تداخلت فيهما الأحاسيس الشجية لدى جميع الحضور.

الحفل الأول كان بمناسبة انتهاء العام الدراسي لزهور وزهرات "الشفلح".. كان الحفل بسيطاً، لكنه ثرياً بالمشاعر الدافئة، مما زاد من حزني، وكل من عمل مع هؤلاء الأطفال، لفراقهم طيلة شهور الصيف.

فخلال المدة التي عملت بها في مركز الشفلح، أصبح أطفال المركز جزءاً رئيساً ومهماً من وقتي واهتمامي، كانوا بالنسبة لي أبناءً أحبهم، وأفرح لرؤياهم، وأسعد لسعادتهم، وأشعر بالفخر بهذه العلاقة الإنسانية الجميلة، ليس فقط معهم، ولكن مع ذويهم من خلال برنامج الإرشاد الأسري الذي كنت أقوم عليه.

أطفال الشفلح هم من ذوي الاحتياجات الخاصة.. وحينما نضع خطاً تحت كلمة ذوي الاحتياجات الخاصة، علينا ان نؤكد أن الاحتياج الأول هو الحنان الإنساني، الذي يمحو من نفوسهم الإحساس بأن لهم ظروفاً خاصة، او انهم يختلفون عن الأطفال الآخرين، او ان هناك ما ينقصهم. فأن نمنحهم الأمومة من خلال علاقة مهنية مميزة بين معلم أو معالج، وبين طفل أو طفلة... فذلك أول خطوات النجاح في التعليم أو العلاج.

شاء الله أن يحرم أطفال الشفلح من قدرة عقلية أو حركية، لكنه وهبهم جميعاً قلوباً مفعمة بالأمل والعزيمة..فلكل منهم طموحاته التي يأمل جاهداً في بلوغها.

في ختام الحفل، تمنى العاملون في مركز الشفلح للأطفال إجازة سعيدة، ليعودوا مع بداية العام الدراسي الجديد أكثر نشاطاً، وأكثر استعداداً لمواصلة الحياة والتعلم بعزإصرار وعزيمة.

في اليوم التالي، كان حفل كلية التربية لتكريم من ترقى، ووداع من انتهت فترة عملهم، والذين وإن فارقونا في المكان، لكنهم كما قالت الدكتورة سامية مختار، يظلون معنا برصيدهم وبصماتهم.

واتمنى أن تظل العلاقة مع كل من يغادر جامعة قطر علاقة دفء وزمالة، فهم يغيبون عن العين، ولكن تحتفظ بهم الذاكرة وتبقى بصماتهم محفورة على كل عمل أنجزوه، وعلى جدران كل غرفة تدريس دوي فيها صدى أصواتهم وهم يسقون طلابنا وطالباتنا علمهم وخبرتهم الطويلة.. كل في مجاله.

ويظل للفراق آثاره الشجية.

□ علاقتنا بالأشياء

استوقفتني دراسة طريفة عن اهتمامات الأمريكيين، وما إذا كانوا يفضلون الزواج أو اقتناء أشياء أخرى في حياتهم، وانتهت الدراسة إلى أن الفرد الأمريكي؛ وخاصة الرجل؛ يفضل اقتناء سيارة جديدة عن الزواج، وأن نسبة عالية من المشاركين في الدراسة اوضحوا انهم يرتبطون عاطفياً بسياراتهم أكثر من ارتباطهم بالأشخاص، بما في ذلك الأزواج والأبناء... فالعلاقة بين الأميركي وسيارته وثيقة، والفترة التي يقضيها في سيارته أطول بكثير من تلك التي يقضيها في منزله، وذلك لبعد المسافات هناك... اذكر مثلاً أنني كنت استغرق أكثر من ساعة بسيارتي للوصول من المنزل إلى الجامعة.

عندما اطلعت على هذه الدراسة؛ تعجبت للفكرة والنتائج، ولكن حينما انتقلت لبريطانيا لبضعة شهور؛ افتقدت عائلتي وأصدقائي، ولم يكن الهاتف يطفئ لهيب الشوق إليهم، لكنني اكتشفت أيضاً أن لسيارتي وحشة، وأن لها موقعاً في نفسي لم ألحظه من قبل.... ورحتُ أفكر لماذا هذا الارتباط بآلة ميكانيكية؛ حتى وإن وفرت لي أسباب الراحة؟ والحقيقة أن تلك العلاقة اليومية المستمرة، واللغة الصامتة بيني وبين سيارتي، جعلتني أشعر بها كما لو كانت صديقة مقربة تشاطرني احتياجاتي، والغريب أنني كنت كثيراً ما اتحدث إليها دون ان أنتبه. لذا ليس بغريب أن تكوني سيارتي أول الأشياء التي أحرص على أن اتفقدها بمجرد أن افرغ من طقوس استقبال الأهل. وليس بغريب أن يكون للسيارة هذا الموقع الشائك في حياة الكثيرين، وهذه العلاقة الحميمية بين الأشخاص وسياراتهم.

☐ الشاي كطقس اجتماعي

كنت دائماً أحتار للعلاقة الإفتراضية بين الشاي والعديد من المناسبات أو الأحداث الاجتماعية المقرونة به أو المقحم هو عليها.. كأن ندعو أحد الأصدقاء لـ"فنجان شاي" او نقيم "حفل شاي" على شرف إحدى الشخصيات أو حتى على شرف مشروع او مناسبة.

فلماذا الشاي تحديداً، وليس غيره؟ وهل الشاي عنوان لحدث ام هو كلمة اعتذارية؟ والغريب في الأمر أن الشاي لا يفرق بين الأحزان والأفراح.. ففي كلتا الحالتين هو مدعو للحضور.

منذ فترة اقيم في باريس (معرض الشاي) والذي يعد من اكبر المعارض العالمية المتخصصة لعرض أصناف الشاي المنتشرة عبر العالم، وطرق إعداده، وأدواته... كما عرض اساليب تناول الشاي وطقوسه والتي تختلف من بلد إلى آخر.. وهو ما ذكرني بتلك الأمسية المتميزة التي قضيناها في مدينة مكوهاري في اليابان حيث دعينا من قبل منظمي مؤتمر الصحة النفسية عام ١٩٩٣م للمشاركة في الطقوس المعروفة لديهم عند تناول الشاي الياباني..

ورغم أن باريس مدينة الصيحات، ولا يدهشنا إقامة مثل هذا المعرض فيها، ولكن.. لو حضرت أكبر وأشهر معارض الشاي، وفي أكبر وأجمل مدن العالم...

يظل شاي شقيقتي الكبرى "أم عبد العزيز" أشهى وأحلى شاي في العالم كله.. ويظل فنجان القهوة من يد أمي الحبيبة، أروع و أقدس طقس بالنسبة لي.

□ سر الأشياء الصغيرة

عندما سئل اينشتين عن سر نبوغه وتفوقه وخياله العلمي البالغ الرحابة الذي أدي إلى اكتشاف النسبية، وقوانين أخرى غيرت الكثير من المفاهيم في عالم الذرة، وشرعت الأبواب أمام مستقبل جديد للطاقة النووية... كانت إجابة أينشتين "إنني في داخلي طفل يهفو دائماً إلى البحث عن سر الأشياء".

وما قاله اينشتين فيه قدر هائل من الحكمة والبلاغة، فقد نتعود رؤية الأشياء الظاهرة للعيان إلى حد عدم الالتفات إليها أو الإكتراث بها.. ولكن الحقيقة ان هذه الأشياء التافهة هي التي يكمن في داخلها الكثير من القوانين والحقائق الكونية.

على سبيل المثال قد نمر بعارض مرضي خفيف، فلا نعيره التفاتاً، ونتصور أنه شيء عابر بسيط، ثم ما يلبث أن يتضاعف هذا العرض ليتسبب في أعراض أكثر خطورة.

وقد لا نلتفت إلى أن زهرة في أصيص بالمنزل قد ذبلت قبل أوانها، دون أن ننتبه إلى أن هذا الذبول قد يكون ناجماً عن تلوث المكان أو التربة. وأن الأمر يحتاج التدخل لنعيد للبيئة سلامتها.

وقد نستهين بتغير مذاق المشروب، ولا يخطر ببالنا أن هذا التغير نتيجة مادة ضارة أو انتهاء صلاحية المشروب.

لهذا فإن الأشياء البسيطة العابرة التي نستهين بها ولا نعيرها التفاتاً، يكمن فيها سر الحقائق، وهي التي تحكم نظماً، وهي التي ينبغي أن ندقق البحث فيها، مثلما فعل أينشتين الذي كان التفاته للأشياء البسيطة، نوعاً من العبقرية والنبوغ، لا مجرد اهتمامات وميول طفولية.

☐ قصاصات .. قصاصات

قصاصات من الورق تتجمع، وتملأ الملفات... ويمر الوقت، وتزداد القصاصات حتى تصفر أوراقها، دون أن تتاح الفرصة لقرائتها... ويطول الوقت وتزداد صفرة، ثم لا تجد مفراً من ان تلقيها، لتعيد الكرة بجمع القصاصات من جديد، حتى تلقى المصير نفسه إلى سلة المهملات.

أليس هذا حال الكثير منا ؟ يعجبنا مقالاً هنا، أو صورة هناك، نقصها من جريدة أو مجلة، نحتفظ بها في ملف، على أمل أن نعود إليها في وقت أكثر ملائمة، أكثر صفاءً، أكثر تركيزاً.. لكن لهاثنا السريع في دوامات الحياة، غالباً ما يحرمنا هذه الفرصة... فهذه اللحظة المرتقبة، هاربة دائماً، قلما تأتي، وقصاصات الأوراق تتجمع، تصفر، وتُرمى... ويتكرر المشهد.

علينا أن نوقف هذا المسلسل، وأن نتوقف عن الجمع، فلا فائدة منه... إذا اعجبك مقال أو صورة، تمهل، امنح نفسك وقتاً فوراً، واستمتع بقرائتها والتأمل فيها.. لا تتكل على قصها وركنها جانباً لمطالعتها لاحقا.. لا تخادع نفسك، فإنك لن تفعل، ولن تعود إليها مجدداً، فيسبقك إليها الصفار والغبار.

فإن لم تجد وقتاً، فقط تذكر الاسم وراء هذا العمل، فربما يصدر قريباً كتاب يجمع إبداعاته، فاحرص على اقتنائه، ففرصة قراءة الكتاب أكثر من القصاصات، فلا تجمعها، واجمع الكتب.

هذه نصيحة من إنسانة عانت من هذا الداء سنوات وسنوات، وتحاول حالياً توضيب بيتها والتخلص من ركام الملفات المحشوة بقصاصات الورق التي شوهها الغبار والصفرة، ولم تُقرأ.. ولن تقرأ، لضيق الوقت، ولأمور كثيرة أخرى.

☐ اقتناء الأشياء عديمة الفائدة

إلى أن قرأت هذا التقرير لم أكن أعرف أن حرص الناس على اقتناء أشياء دون فائدة منها، له تبرير طبي. ففي دراسة حديثة أجراها باحثون أمريكيون من جامعة أيوا، ونشرت في دورية براين.. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين الولع المرضي بتخزين واقتناء الأشياء، وبين الوسواس القهري، غير أنه لم يعرف العوامل المسببة لذلك.

ويظهر الوسواس القهري بصورة سلوكيات تكرارية مهينة، مثل تكرار غسل الأيدي بصورة غير طبيعية، أو تكرار التأكد من الأمور بشكل قهري، كالتحقق من غلق الباب مثلاً، أو إطفاء الأنوار، أو أخذ المفتاح.

وقد اكتشفت الباحثون أن المصابين بالوسواس القهري والذين ظهرت لديهم أيضا أنماط للنشاط مختلفة عن الأنماط السابقة، بدا لديهم اهتمام بجمع أشياء لا نفع منها ولا قيمة جمالية لها... ووجد الباحثون أيضاً أن هؤلاء المرضى ملأوا بيوتهم بكميات هائلة من البريد الذي لا قيمة له، أو الأجهزة المنزلية المعطلة على سبيل المثال.

وتقول د. نومي فينبرج الخبيرة في حالات الوسواس القهري بمستشفى الملكة إليزابيث، إن الدراسات في هذا المجال توصلت إلى أن "الاقتناء المرضي" قد يكون مختلفاً عن الأمراض الأخرى للوسواس القهري.. وهناك محاولات الآن لاكتشاف وتحديد المناطق المسؤولة في المخ عن هذا العرض، مما قد يساعد بشكل كبير في اكتشاف علاج مناسب لهذا الاقتناء المرضي.

ومع أن هناك قاسماً مشتركاً بين الأفراد الذين ظهر عليهم هذا السلوك، وبين مرضى الوسواس القهري، إلا أنهم لم يبدوا استجابة لعلاجات الوسواس القهري.

والاقتناء المرضي كما رصده بعض الباحثين في أسكتلندا، كان أكثر وضوحاً عند بعض كبار السن الذين يعيشون في وحدة، وشبه منعزلين عن المجتمع... فبعضهم يجمع أشياء لا فائدة منها كالقمامة مثلاً... وقد كان أحد العجزة يعيش في منزل صغير مليء بالقمامة التي كان يجمعها من مخلفات الآخرين، وعندما امتلأ المنزل، بدأ بوضعها في الحديقة وتغطيتها بالصحف والمجلات... إلى أن أبلغ الجيران الشرطة بعد أن فاحت رائحة المنزل.

دراسات الأطباء لمحاولة فك المزيد من أسرار المخ، تتطور بشكل مذهل، فكل يوم يتم اكتشاف جزء جديد من هذا الجهاز المعقد؛ قد يكون بحجم رأس الإبرة؛ مسؤول عن تصرف قد يدمر الإنسان ومن حوله، وليس فقط يدفعه إلى جمع القمامة في منزله.

☐ وعينا السياسي

على الرغم من إن كلاً من المجتمع البريطاني، والمجتمع الأمريكي، والمجتمعات الغربية الأخرى المتقدمة، فائقة الصيت في نشاطها السياسي، إلا أن شعوب هذه المجتمعات في وادٍ آخر غير الذي تحفل به حكوماتها.. حتى إنك لو سألت أي مواطن في هذه الدول عن أبسط الشؤون السياسية لصدمك جهله البشع بأي تفاصيل عن القضايا السياسية.

على العكس من ذلك الإنسان العربي؛ خاصةً أجيال ما قبل السبعينات؛ فهو شغوف بمتابعة القضايا السياسية.. مهتم بتفاصيل الأزمات.. يركز مشاهداته التليفزيونية على البرامج ذات الطابع السياسي.

إلا أن الجيل الحالي لم يعد يولي القضايا السياسية الاهتمام نفسه، فهذا الجيل نشأ في مناخ مختلف نسبياً. فهو جيل لا يأبه بمعرفة التفاصيل أو القضايا السياسية ولا يهتم بمتابعة الأحداث. وأعتقد أن ذلك يرجع إلى كيفية تكوين الوعي السياسي لدى الأجيال السابقة... فلا زلت أذكر كيف كانت تلتهب حناجرنا هتافاً في طابور الصباح المدرسي للأمة العربية..ولا زلت أذكر كيف كانت تنساب منا التبرعات لدعم القضايا السياسية العربية، حتى أن هناك واقعة لا أنساها، حين بلغ تأثري بمعاناة الشعب الفلسطيني وأنا طالبة في المدرسة الإبتدائية، ومن فرط حماسي قدمت خاتمي الذهبي الوحيد الذي كنت أضعه في إصبعي. وهكذا كانت جميع الطالبات، بل وجيل بأكمله له المواقف نفسها عن إحساس بالمسؤولية، وإدراك لأهمية العمل الإيجابي.

ولا أدري إن كان قصور الوعي السياسي لدى هذه الأجيال ظاهرة صحية أم لا، ولكن الذي أعرفه أن اهتمامات الأجيال الحالية قد تنوعت بل وصارت أقل قابلية لإعتناق الأفكار بحماس..

ألا يحتاج منا هذا إلى رصد واقع الوعي السياسي لدى الأجيال الحالية؟

□ السرد القصصي والطفولة

عندما انتهيت من ترجمة كتاب "السرد القصصي والعلاج النفسي" عدت بذاكرتي إلى مرحلة الطفولة، حيث تعودنا النوم بعد سماع "الحزاية" سواء من الأم أو من الجدة... وقد رأيت أن في هذه النظرية ما قد يفيد بعض الأمهات.. لأن حكايا ما قبل النوم للأطفال تغرس فيهم الحلم وتفتح آفاق الخيال.

لقد وظف البرفسور مكلاود مؤلف الكتاب، السرد القصصي في العلاج النفسي، حيث يقوم المعالج بإحداث بعض التغييرات في أحداث السرد، أو إعادة ترتيبها، ليخلق رواية مختلفة أكثر موضوعية وأكثر تفاؤلاً من قبل، يطلب من العميل أن يحكيها بعد اجراء بعض التدخلات العلاجية من قبل المعالج.. مما يساعد العميل ؛من خلال هذا السرد المعدل؛ أن يكتسب قيماً جديدة، بخلاف القيم السلبية الواردة في السرد السابق الذي حكاه.

إذن فالنظرية تقوم على تعديل السرد التلقائي وتحويله إلى سرد منقح يحوي علاجات لمناطق الوهن في ذات العميل.

أيضاً الحكايات التي نسردها لأطفالنا، تنطوي على قيم علاجية، وتتسلل عناصر الحكي إلى العقول الصغيرة النشطة دون أن ندري.. ومن خلال السرد القصصي يمكننا أن نهدي أطفالنا العديد من القيم الإيجابية، وفقاً لهذه النظرية كإحدى طرق العلاج النفسي.. وإن كانت معظم الثقافات، وكل الأمهات، قد مارسن هذه الطريقة بشكل عفوي من قبل أن توضع كنظرية يمارسها العاملون بالعلاج النفسي.

❑ الأغنية.. عصارة الضمير الإنساني

الأغنية هي عصارة الضمير البشري، والمشاعر النضرة التي تحفل بالمعاني المعبرة عن حالتنا الوجدانية عبر مراحل حياتنا المختلفة. فكل منا يطابق كلمات الأغنيات ونغماتها على حالته الخاصة، حتى يكاد يشعر أنها مكتوبة خصيصاً للتعبير عنه.

وموقع الأغنية في حياة الإنسان العربي، امتداد لموقع ديوان العرب الأقدم؛ الشعر. فالغنائية في الشعر هي المكون الأول لذائقة الإنسان العربي للغناء. وربما يتضح هذا في التاوج المتناغم ما بين موسيقى الشعر، والقصائد المغناة، فحينما غنت فيروز قصائد نزار قباني وغيره، وغنت أم كلثوم أشعار ناجي وغيره، وكذلك العديد من المطربين والمطربات، فكأنهم بذلك أعادوا كتابة هذه القصائد مرة أخرى موقعة بأصواتهم وأصواتهن، ومتشحة ببعض من مشاعرهم.

وقد تبقى بعض القصائد سجينة دواوينها، وحبيسة الأدراج، لو لم تغن لتصل إلى أسماع الملايين في أنحاء عالمنا العربي.. وربما كان أمير الشعراء أحمد شوقي من أوائل من فطنوا لهذا، فأوصى موسيقار الأجيال عبد الوهاب بتلحين بعض قصائده.

والأغنية في حياتنا هي ارتباط شرطي لمواقفنا المختلفة، فحينما نستمع إلي موسيقاها وكلماتها ونبحر في معانيها ونحن في موقف عاطفي خاص أو في موقف حياتي له صبغته الخاصة فإن الأغنية حينئذ تتحول في مراحل لاحقة إلي قيد شرطي يعيد إلينا ذكرياتنا ويفتح صفحات كانت مطوية، ليمر أمام أعيننا شريط من الأحاسيس والمشاعر المرتبطة بالموقف أو العلاقة.

☐ معاق، ولكن..

لفت نظري في المدينة التي أدرس بها في أسكتلندا، هذا التواجد الواسع للمعاقين في كل مكان، وأداؤهم لأعمالهم بأنفسهم وبكل ثقة، دون مساعدة من أحد... فترى الأعمى، والذي يتحرك على كرسي، وحتى المعاق ذهنياً، يمارسون نشاطهم الحياتي اليومي بشكل طبيعي... وما يدعو للإعجاب ثقة هؤلاء بأنفسهم، حتى وإن عرض عليه أحد المساعدة، يعتذر عن قبولها دون إظهار أي احساس بالضيق أو الجرح، بل يقدم الشكر بكل أدب، موضحاً أنه قادر على الأداء بنفسه وبدون مساعدة.

في حوار دار بيني وبين رجل أسكتلندي أعمى، أراه يتجول يومياً في المدينة مع كلبه، يدفع فواتيره في مكتب البريد، يتناول وجبته، أو يشرب قهوته مع أصدقائه في المقهى، يحضر الإحتفالات والكرنفالات في ساحة المدينة... قال لي هذا الرجل: "إن الإنسان قادر على الإنتصار على إعاقاته.. لو أراد ذلك، ولا شئ يعيقه عن هدفه، بشرط أن يتكيف مع إعاقته، ويحاول الوصول لأفضل ما لديه من قدرات... فنعم الله كثيرة". اعجبني إصراره، وإرادته. وتمنيت لو أن كل معاق بهذا التفاؤل والإصرار على الحياة.

ولا ننسى أن هناك الكثيرين الذين حرموا من بعض نعم الله على بقية خلقه.. غير أنهم استطاعوا بإرادتهم أن يسجلوا صفحات مشرقة في تاريخ البشرية.. فالمعاق إذا تم تأهيله لاستيعاب إعاقته والتعايش معها، وتفعيل إمكاناته، وتوظيف طاقاته الكامنة، يمكنه بالإرادة تخطي الكثير من الأسوياء.

❑ مهرجان أدنبرة.. والثقافة الشاملة

مدينة أدنبرة في أسكتلندا من أشهر وأجمل مدن العالم بشهادة كل من زارها.. والذي يميز هذه المدينة ويجعلها محط أنظار العالم، ذلك المهرجان السنوي الذي يعتبر من أكبر وأشهر المهرجانات في العالم وهو مهرجان أدنبرة الدولي للفنون والثقافة. ويتضمن المهرجان ستة مهرجانات تقام على هامشه. وقد حرصت خلال السنوات الثلاث التي قضيتها في مدينة داندي والتي تبعد أقل من ساعة عن أدنبرة أن أحضر فعاليات هذا المهرجان الكبير.

هذا العام شدني الحنين لفعاليات المهرجان، فقررت زيارة أسكتلندا أثناء فترة المهرجان.. وكما توقع المنظمون فقد توافدت أعداد كبيرة من السياح من مختلف أنحاء العالم على مدينة أدنبرة لحضور هذا المهرجان الذي تضمن هذا العام إلى جانب الفنون والسينما والكتاب مهرجانا لموسيقي الجاز وآخر للوشم ومهرجانا للعروض العسكرية. ويقام على هامش المهرجانات الستة السابقة مهرجانات تختلف كل عام عن الذي يسبقه، وهذه السنة كان هناك مهرجان آخر سابع باسم مهرجان أدنبرة الدولي للتلفزيون، وهو عبارة عن تجمع لمحترفي الشاشة الصغيرة.

ويعد مهرجان مدينة أدنبرة السنوي الذي يقام للعام الرابع والخمسين، من بين أكبر الكرنفالات المنوعة في العالم، وتتهيأ له المدينة وكأنها عروس، بما تحويه من عروض وأنشطة فنية وموسيقية وثقافية وترفيهية. كما يتضمن المهرجان عروضاً

مسـرحية وأوبراليـة، بالإضـافة إلـى حفـلات لأشـهر عـازفي الموسيقي الكلاسيكية في العالم.

كما كان من بـين الشخصـيات الجماهيريـة التـي حضـرت معرض الكتاب المؤلفة الأمريكية جاكي رولنج التي تنتشر حمى سلسلة كتبها للأطفال حول العالم وهي السلسلة التي تحمل لواء بطولتها شخصـية هـاري بـوتر الخياليـة. وقـد أعجبـت بشـعار الحملة لكتب الأطفال والذي يقول "أنت لا تعـرف الكتـاب الـذي يفضلونه، لكنهم يعرفون".

لكل مهرجان خصائصه وعروضه المميزة، إلا أنها تلتقي معـا لتتحول إلى كرنفال ضخم يسـير فـي شـوارع المدينـة طـوال شهري يوليو وأغسطس. وبحسب متحـدث باسـم مجلـس مدينـة أدنبرة، فان نحو ٤٥٠ ألف شخص حضروا مهرجان العام الماضـي، وهو عدد يقارب تعداد سكان المدينة، مما يجعلـه أحـد الأنشـطة الأكثر إدراراً للدخل فيها.

وكم سعدت عندما عرفت بمشاركة أعضـاء جمعيـة الطلبـة العمانيين الدارسين بجامعات أدنبرة بأسكتلندا بالمملكة المتحـدة في حفل افتتاح المهرجان، من خلال تقديم مجموعة كبيرة مـن الأنشطة الفنية والثقافية، والتي لاقـت إعجـاب الجميـع. وانضـم الطلبة إلى المسيرة الاستعراضية التي شـارك فيهـا العديـد مـن الدول، ومن ضمنها فرقة موسيقي الجـيش السـلطاني العمـاني، وبحضور جماهيري كبير بلغ ١٦٠ الف متفرج.

وكعادة العمانيين في حرصهم على التعريف بـوطنهم بشـكل مميـز، قـام أعضـاء الجمعيـة بتوزيـع مجموعـة مـن الكتيبـات التعريفية السياحية عن السلطنة، وما تحويه من مكنونات أثريـة،

إلى جانب ما تشهده من مكتسبات متنامية، وما تحقق بها من إنجازات حضارية شاملة.

كذلك كان هناك حضور للطلبة السعوديين، للدعوة المكثفة بالمركز الإسلامي مع غرة شهر أغسطس، واستمرت طيلة الشهر توافقا مع مهرجان أدنبرة. وتحمل الفعاليات مسمي Discover Islam Exhibition حيث تم تجهيز المعرض بالعديد من اللوح والكتب والصوتيات والمرئيات والتي من شأنها إعطاء فكرة إيجابية عن الإسلام. وبصفة تطوعية يقوم المتواجدون من المسلمين بتوسيع نطاق المعرفة.

كذلك استضاف المهرجان هذا العام العديد من الكتاب والكاتبات العرب والمسلمين.. من بين هؤلاء الكتاب سهيلة سعدي وسعاد أميري.. وهناك لقاء يومي مع الكتاب والكاتبات للحصول على توقيعهم وللنقاش معهم.

كان مهرجانا رائعاً ككل عام، ولكن للأسف لم أستطع إكماله لظروف عائلية وبعض المتاعب الصحية، مما اضطرني للعودة قبل الموعد المقرر.

❑ مهرجان عجائب صيف قطر

تفتح الدوحة ذراعيها صيف كل عام بمهرجان أصبح يحتل موقعه على الأجندة السنوية من خلال فعاليات جاذبة تحاكي غيرها من أقدم مهرجانات المنطقة. ويكتسب هذا المهرجان السنوي رسوخاً وتجديداً وجاذبية عاماً بعد آخر، بفضل الكوادر الوطنية القطرية المشرفة على إدارته والتخطيط لفعالياته.

وعند الحديث عن فعاليات ونجاحات صيف قطر، فإن أول من يخطر على البال ويقفز إلى الأذهان، هذا الرجل النشط في مجال السياحة والتخطيط لها، الأستاذ إبراهيم السيد، والذي اكد في أحد اللقاءات معه على أن مهرجان عجائب صيف قطر أضحى من أهم الاحتفالات التي تشهدها الدوحة، وتنتظره عائلات المواطنين والمقيمين كل عام، حيث جاءت فكرة إنشاء مهرجان صيف عجائب قطر بهدف تنشيط حركة الفعاليات، ومشاريع الاستثمار والأعمال خلال أشهر الصيف الحارة. ويتيح المهرجان للمتسوقين من المواطنين والمقيمين والزوار الفرصة للفوز بجوائز تقدر بـ ٢ مليون ريال نقداً.

وأضاف إن تنظيم فعاليات التسوق، لتصاحب عروض المهرجان الترفيهية والفنية، هدفه المزج بين الترفيه الهادف والتسوق الناجح من خلال العروض والتخفيضات التي تقدمها أكثر من ٥٥٠ شركة مشاركة في المهرجان من كل أرجاء البلاد، وبذلك يتحقق للمهرجان أكثر من هدف، حيث يتيح الفرصة للمواطنين والمقيمين الذين لم يستطيعوا السفر خلال الصيف للتمتع بأجواء كرنفالية جمعت بين مختلف ثقافات وفنون العالم من الشرق إلى الغرب، فمن من يزور الأماكن التي

تقام فيها فعاليات المهرجان، يشعر وكأنه زار العديد من بلاد العالم وهو في الدوحة. ففي أرض المعارض تشاهد القارات الأربع، وكأنك تزور بلدانها بالفعل. كما تنتشر الملصقات المستوحاة من حضارة كل قارة وآثارها، مثل سور الصين العظيم، وبيوت الكاوبوي، والغابات الكثيفة في إفريقيا. فضلاً عن المجسمات لآثار كل بلد، كبرج إيفل، والبيغ بين، وتمثال الحرية، ومجسمات المهرجين والسحرة. إضافة إلى تجهيزات المسارح من إضاءة وأجهزة صوتية حديثة ذات تقنية عالية. كما تم استقدام عروض من أهم مسارح ومهرجانات العالم، والعديد من الفرق العربية من قطر والسعودية والبحرين والكويت ولبنان، لتقديم العروض المختلفة في عدة أماكن مثل القرية التراثية في الخيمة الملكية للنادي الدبلوماسي. كذلك فعاليات أرض المعارض، والسيتي سنتر، والحياة بلازا، واللاندمارك.

وكل هذه الأماكن تشهد اقبالاً منقطع النظير، فأينما تذهب تجد الازدحام والإقبال من جميع الفئات والأعمار. بحيث تعتقد أنه المكان الوحيد للفعاليات.

استطيع القول بثقة إن مهرجان "عجائب صيف قطر" حول المراكز والأسواق التي يقام فيها إلى ربيع يحتضن الكبار والصغار، ويجعل من قضاء الصيف في الدوحة أكثر جاذبية من سنوات سابقة كان الجميع فيها يحمل حقائبه متوجهاً إلى الخارج. فقد ساهم هذا المهرجان في تقليل السفر خلال الصيف، وأصبح عامل جذب لثقافات مختلفة تتخلل العروض والفعاليات التي ينظمها هذا المهرجان الرائع.

☐ مؤتمر الدوحة .. والمولود

اختتمت أعمال مؤتمر الدوحة العالمي للأسرة... وقد اجتمع ممثلو الأديان السماوية الثلاثة: الإسلام والمسيحية واليهودية في جلسة واحدة، واتفقوا على أهمية الأسرة في بناء المجتمعات.. وأكدوا على أهمية التصدي للإباحية، وأن الأسرة هي الأساس، ولا يكون الأسرة إلا بالزواج والابناء الشرعيين.

استمعنا إلى كل من الدكتور يوسف القرضاوي العالم الجليل الذي يسعدنا وجوده معنا في كل المحافل ممثلاً للدين وصوتاً يهتف بالحق من قطر إلى العالم.

كذلك استمعنا إلى د. براد ويلكوكس أستاذ علم الاجتماع بجامعة فرجينيا.. ونيافة الكاردينال الفونو لوبيز تروجيلو رئيس المجلس البابوي بالفاتيكان بإيطاليا.

وجذب انتباه الجميع الأستاذ الدكتور إبراهيم الخليفي أستاذ علم النفس التربوي بجامعة الكويت، عندما قدم بحثه المتميز والذي تحدث فيه عن اهمية الأسرة.. بأسلوبه الرشيق وافكاره السلسة المرتبة.

ثم جاء دور البابا شنودة، رئيس المجلس الأعلى للكنيسة القبطية في مصر.. وتحدث بهدوئه المعتاد عن اتفاق الأديان فيما يخص الأسرة، مؤكداً على الأسس الرئيسية لقيام الأسرة.

وقدم الحاخام دانيال لابن رئيس منظمة "نحو التقاليد" في أمريكا محاضرة متكاملة عرض من خلالها الكثير من المعلومات والحقائق المفيدة.

والحقيقة فإن النتائج التي ألقاها سعادة السيد عبد اللّه بن ناصر آل خليفة الأمين العام للمجلس الأعلى لشؤون الأسرة في الجلسة الختامية، أكدت على أهمية الدور الأساسي لمؤسسة الزواج في بناء الأسرة، وأهمية سن قوانين تضمن استقرار العلاقات الزوجية، وأهمية الاستقرار السياسي والأمني كشرط أساسي في نمو الأسرة وتفعيل دورها.. والحث على كل ما يدعو إلى ثقافة التعايش والتسامح واحترام الغير.

وسعد الجميع بإعلان سمو الشيخة موزة بنت ناصر المسند حرم حضرة صاحب السمو أمير البلاد المفدي ورئيس المجلس الأعلى لشؤون الأسرة بإنشاء معهد عالمي للدراسات الأسرية. إن مثل هذا المعهد سيكون مظلة لكل ما يتعلق بالأسرة العالمية وليس فقط الأسرة العربية.. فكما قالت سموها إن هذا المعهد سيعنى بكل ما يخص الأسرة في كل أنحاء العالم..

وأتمنى أن تسنح لنا الفرصة للمساهمة في بناء هذا الصرح العظيم الذي اعتبره مولود هذا المؤتمر الذي يجب أن نرعاه ونتعهد بتربيته والحفاظ عليه ليكون مصدراً لنشر الوعي بأهمية الأسرة والحفاظ على كيانها في وجه التحديات الحالية.

❑ صيف دبي .. متعة العقل

نظمت دائرة الأراضي والأملاك بدبي ضمن فعاليات "متعة العقل" في مفاجآت صيف دبي، والذي ترعاه مؤسسة الاتصالات، سلسلة محاضرات وورش عمل كانت بالفعل متعة عقلية لكل من حضرها.

ووفق ما ذكره عبدالعزيز بن حارب مدير فعاليات متعة العقل، فإن دائرة الأراضي استطاعت من خلال مفاجآت صيف دبي أن تقدم للجمهور برامج تدريبية متميزة من خلال حرصها على البحث عن أفضل المدربين في الوطن العربي، وكذلك سعيها المتواصل لأن تكون المادة العلمية في الدورات التدريبية ملامسة لاحتياجات ومتطلبات الجمهور، وتلبي رغباتهم واقتراحاتهم، عبر استبيان يتم إعداده وتجهيزه بشكل علمي.

وقد تشرفت باختياري كمحاضرة من دولة قطر في هذا البرنامج، وكانت بالفعل تجربة مميزة، فقد حاولت أن اصطحب جمهور متعة العقل في رحلة من أربعة محاور ناقشت خلالها الاستثمار الأمثل في حياة الإنسان. وكان المحور الأول حول استثمار الإمكانات، والثاني استثمار الانفعالات، والثالث استثمار الوقت، والرابع استثمار الأحلام.

وتناولت خلال الدورة أبرز مصادر التوتر، وأطر الانفعالات واستثمارها، وكيفية السيطرة عليها من خلال البرمجة لها عن طريق الوعي والحوار والحركة. وكذلك عرضت لأكثر العوامل التي تساهم في إضاعة الوقت، وكيفية التعامل مع التسويف والأسباب التي تقف وراءه. وكذلك كيفية تعامل

الإنسان مع الوقت، وأبرز الطرق والقواعد في عملية كسب الوقت، والذي يعتبر من أهم استثمارات الحياة.

وكان أكثر ما شد الحضور، هو الحديث عن الأحلام. فقد عرضت أهم النظريات في استثمار الأحلام وأنواعها وكيفية الاستفادة منها. كما شارك بعض الحضور بسرد أحلامهم الليلية وإمكانية تفسيرها. وتم تدريبهم ببساطة على كيفية التقاط احلامهم وتذكرها في الصباح.

وأشد ما لفت نظري هو الحضور الحاشد والذي لم اكن اتوقعه أو أعد نفسي له، فمن المعروف ان جمهور مثل هذه المحاضرات يكون قليلاً نسبياً. ولكن ما إن صعدت خشبة المسرح حتى فاجأني العدد الهائل للحضور والذي تجاوز الألف بكثير.

في واقع الأمر، كان موضوع البرنامج مشوقاً، لكن هناك عوامل أخرى لمستها في الإمارات، مغايرة لما يمكن أن تلاحظه في بلدان أخرى... الناس هنا يرغبون في المعرفة والإطلاع والمناقشة والحوار، والانفتاح على عالم أوسع... وهو ما يفسر هذا الحضور الحاشد الذي جعلني أمام مسؤولية مغالبة الإعياء والمرض الذي كنت اشكو منه لأكون قادرة على التفاعل مع جمهور بهذا الحجم.. شعرت بأن حجم الجمهور معادل معاكس لما كنت عليه من ضعف، لأستمد القوة والقدرة من خلال هذا الجمهور، مما مكني من الاستفاضة في موضوع المحاضرة التي استمرت لأربع ساعات.

التساؤل الذي راودني هو لماذا لا تنظم المؤسسات في قطر سلسلة من المحاضرات المماثلة لتكون جزءاً من البرامج الصيفية، على الأقل ليكون الصيف مجالاً للثقافة، ومتعة عقلية تضاف إلى المتع الترفيهية والترويحية الأخرى.

□ أغلى هدية من الكويت

من أغلى وأثمن الهدايا التي تلقيتها في حياتي، تلك التي وصلتني بريدياً من الدكتورة هيفاء السنعوسي، أستاذ الأدب العربي في جامعة الكويت... وقد اختارتني لأكون إحدى الكاتبات الخليجيات اللواتي تدرس أدبهن ضمن مادة "أدب الخليج والجزيرة".

وكان أجمل ما فعلته هذه الأكاديمية المتميزة، ان طلبت من طالباتها أن تكتب كل منهن نقداً لاحدى المقالات في الكتاب. وأن توجه في نهاية النقد رسالة إلى الكاتبة.. وجمعت النقد والرسائل في طرد، وأرسلته لي، ليكون أجمل هدية في العمر.

إن ما تضمنته كتابات الطالبات، ليعجز قلمي المتواضع عن وصفه، فمن بين طيات أوراقهن عرفت الكثير من البلاغة وحسن والتعبير لدى الطالبات الكويتيات... وقد استطعن بصدق منقطع النظير توصيل مشاعرهن الفياضة تجاهي وتجاه كتاباتي، وأبديم رغبتهن في التواصل معي... مما دعى الدكتورة هيفاء أن تعدهن بدعوتي لإلقاء محاضرة قريباً.

إن للأدب النسائي في الخليج رموزه واقلامه المتميزة، ونتاجه الكبير.. لكن للأسف بعض هذا النتاج الأدبي النسائي لم يجد طريقه للنشر. فكان من المهم أن تقرر مثل هذه المادة لتدريس أدب الخليج والجزيرة، وأن يتم التركيز على الكاتبات الخليجيات لتسليط الضوء عليهن، وعرض نتاجهن.. مما يساهم في تلمس التغير الاجتماعي الذي طرا على أوضاع المراة في المنطقة، باعتبار أن الأدب هو النبض الأصدق تعبيراً عن الواقع.

فشكرا للدكتورة هيفاء السنعوسي على جهودها في هذا المجال، وشكرا لطالباتها المتميزات على مشاعرهن الصادقة، واتمنى أن ألتقي بهن قريباً، لا ليستفيدوا من خبراتي وتجاربي؛ كما ذكرن؛ فقط، ولكن لأستفيد انا أيضاً منهن، فما قرأته يبشر بجيل نسائي موهوب ومتمكن، لا شك سيثري الساحة الأدبية في الخليج.

وفقكن الله جميعا... وإلى أن نلتقي، لكن مني كل المحبة والتقدير

□ أماني الفوز للمرأة الكويتية

وجيت لي دعوة كريمة من الزميلة الأخت عائشة الرشيد المرشحة للبرلمان الكويتي؛ في الانتخابات السابقة؛ لتقديم ندوة في مقرها الانتخابي في أجمل مناطق الكويت الحبيبة.. وقد أحاطت به الأشجار الباسقة الجميلة والتي اضافت على المقر جاذبية، مثلما كان حضور عائشة الرشيد بتألقها وقدرتها على كسب حب الناس ليا.

وتحدثت في الندوة عن التجربة الانتخابية في دول الخليج العربي بشكل عام، وفي قطر بشكل خاص، حيث تناولت تداعيات تجربتنا الانتخابية للمجلس البلدي عام ١٩٩٩م والتي كانت البادرة الأولى والجريئة والتي مهدت الطريق لكل التجارب اللاحقة في دول الخليج، وفي تقديري فإن أهمها هذه التجربة المميزة للانتخابات البرلمانية في دولة الكويت.

لقد حصلت المرأة الكويتية أخيراً على حقوقها.. وهي الحقوق التي تأخرت على نحو ما كان يمكن تخيله، فالمجتمع الكويتي كان منذ سنوات مدرسة للديمقراطية الخليجية، ونموذجا يحتذي به في التطبيقات الديمقراطية وحرية الإعلام. وكنا نستغرب بالفعل من تأخر حصول المرأة الكويتية على حقها في الانتخاب والترشيح، والذي جاء بعد جهد مضن مثابر دؤوب، أثبتت المرأة الكويتية من خلاله أن النساء العربيات لسن أقل اصرارا ولا قوة عزيمة من الرجل، وأن المرأة في سعيها لحقوقها الطبيعية التي لاخلاف عليها، انما تعمل من أجل مجتمع يتكامل فيه أداء الجنسين، ويخطو صوب التقدم خطوات متكاملة.

ولهذا كان حصول المرأة الكويتية على حق الانتخاب والترشيح، وأيضاً على حق الوصول للمناصب العليا، نقطة ارتكاز جديدة للمرأة في سعيها المتطور لمشاركة الرجل أعباء الحياة.

حينما نتحدث عن المرأة الكويتية والإنجاز المهم الذي حققته، فإننا نشير إلى أن النظرة التقليدية في الاستخفاف بالمرأة؛ في طريقها إلى الانقشاع لتحل محلها الصورة الحقيقية غير المهزوزة للمرأة الخليجية.. تلك المرأة التي كانت قديماً ديدبان بيتها حينما كان يغيب زوجها طويلاً فلم تكن مجرد الحارس الأمين فقط، وإنما أيضاً العائل المخلص للأسرة الكبيرة الممتدة، حيث كان يبقى الأطفال والعجزة فقط في المجتمع، ويذهب الرجال في رحلات طويلة إلى الغوص على اللؤلؤ لكسب العيش.. فهي صاحبة النشاط الاقتصادي المكمل لدور الرجل، فالتاريخ يشهد على اقتسام المسؤوليات والأعباء، فلماذا تحجب المرأة عن المشاركة في الحاضر؟ فلم تكن المرأة عاجزة عن الوفاء بعهدها أو النهوض بأدوارها، حتى في الحياة السياسية، وقد أثبتت المرأة العربية قدرات كبيرة عندما تحملت المسؤولية في مجالات عدة ومهام كبيرة.

وما يدعوني إلى التفاؤل هو معرفتي الوثيقة بالمرأة الكويتية، وثقتي في قدرتها على إثبات ذاتها، لتبرهن لكل من حجبوا عنها حقوقها أنهم أساءوا التقدير.. فاليقين ان المرأة الكويتية ستكون مرتكزا جديدا لتغيير دفة الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية في الكويت باتجاه التنمية الشاملة. فالكويت تنتظرها مشاركة نسائية جسورة، فالمرأة لم تحصل على حقوقها بسهولة، ولذلك اتوقع أن تكون صور إثبات الذات بذات القيم والعناء.

الرجل الكويتي سيشهد امرأة كويتية قد يندم أنه لم يسد لها الحق بدون عناء، وقد يتذكر أن كثيراً من المشاكل والقضايا التي بعثرت في دواوين وزارية أو مصالح حكومية ومؤسسات وهيئات، ستجد حلولاً بعقول نسائية عبقرية.

لا شك أن النساء قادمات في الكويت.. وهن قادمات من وراء حجاب حاجز استبعدهن طويلاً رغم المحاولات المضنية.. غير أن التوزير بالنسبة للمرأة ليس تشريفاً، وإنما فرصة لاثبات الذات والوجود والقدرات.

كذلك الحال عندما تحصل المرأة الكويتية على مقاعد في البرلمان، فإنها سوف تثبت وجودها على أحسن وجه، فالمرأة قادرة على تحسس واستشفاف معاناة الأقلية المحرومة والتي تعاني في المجتمعات أكثر من غيرها.

البعض يتشكك في قدرات المرأة زاعماً أن توليها المناصب هو مجرد ديكور نسائي وحكومي.. ولكن التجارب في الدول الأخرى تثبت أن المرأة قادرة بمشاركتها السياسية على تغيير مسارات مجتمعاتها، وإنجاز الكثير في الحياة العامة.

لا اقول هذا وفي مخيلتي فقط مارجريت تاتشر أو أنديرا غاندي، لكن في مخيلتي الكثيرات اللاتي حققن لبلادهن الكثير والعظيم من تقديم برامج وحلول لقضايا كانت معقدة.

إنني متفائلة بانتخاب صديقتي العزيزة عائشة الرشيد وحصولها على مقعد في البرلمان الكويتي، كما سبق وأن تفاءلت بتعيين وزيرات في دول مجلس التعاون.. وتلك ليست مجرد نشوة بإعادة اعتبار للمرأة، ولكن نشوة بتصالح قوى المجتمع مع مكوناته الحقيقية رجالاً ونساء.. وذلك معناه أن المجتمع قد

استرد عافيته، وتخلى عن قيم بالية، وبدأ يخطو خطوات سليمة نحو التقدم والازدهار.

مبروك لنساء الكويت مقدماً، وأتمنى أن تفوز أكثر من امراة في البرلمان الكويتي، ليثبتن أن المراة قادرة على الإنجاز، وأننا في سبيل اكتشاف سبل جديدة لمجتمع جديد متكامل متعاف تكون فيه المرأة مع الرجل في كل المواقع للتكامل وليس لمجرد المساواة.

☐ الانتماء إلى الوطن

سعدت سعادة بالغة عندما دعيت من قبل إدارة النـادي العلمـي القطري لإلقاء محاضرة عن الانتماء الي الوطن.. فالحـديث عـن الوطن ذو شؤون، وذو شجون.

وكانت سعادتي أعظم عندما أخبرنـي مـدير النـادي العلمـي الأستاذ درويش صالح، أن اسمي أول اسم تبادر إلى أذهانهم عندما فكروا بمن يرشحون للتحدث عن الانتماء للوطن.

بدأت محاضرتي للأمهات في النـادي بسـؤالهن عمـن تحفـظ النشيد الوطني.. وللأسف فقد كانت النسبة الأكبر لا يحفظنه..

الانتماء للوطن يشمل كل الأمور التي تخصه، فـالوطن لـيس حيزاً جغرافياً فحسب.. الوطن أكبر من ذلك بكثيـر.. وكلمـة وطن أشمل وأعم من ذلك بكثير... الـوطن هـو تـاريخ المـرء، وجذوره، وأسلافه.. مخزونه الثقافيـ وكل ما يمت إليه بصلة.

عندما تُسأل من أنت؟.. تقول فلان بن فلان، ثم تـذكر لقـب العائلة، ثم القبيلة، حتى تصل إلى ذاك الوعاء الـذي يجمـع كـل هذا تحت اسمه... ذلك الوعاء هو الوطن، جمع الفرد والجماعـة، وفرد الجمع. هو.. أنا قطري.. أو أنا مصري.. أو أنا سعودي...

لكن ما هو تعريف الانتماء... وكيف نحكم على شخص ما إن كان منتمياً أم لا؟

هل الانتماء هو أن تحب وطنك؟.. أو أن تتحيز لهذا الوطن؟

إن الانتماء للوطن هو الانتمـاء لمكونـات الإنسـان الحقيقيـة، لكل ما يمت للإنسان بصلة.. هو الانتماء للكل.

والانتماء لا يولد بين يوم وليلة.. ولكنه يتكـون فـي الـنفس والروح، وينمو داخل وجدان ومشاعر الإنسان، حتى يترسخ رويداً رويدا عبر مساحة زمنية تمتد لعمره كله... فيخلق الانتماء بين الإنسان، والمكان الذي ينتمي إليه، قدراً من الوشائج التي يصـعب فصمها، ثم ينمو حتى يصبح جزءاً منا غير قابل الإلغاء.

ويتنوع الانتماء في حياة الإنسان، وتتعدد محطاته، فهـو يبـدأ بالأبوين، ويمتد إلى الأسرة الأكبـر بأفرادهـا جميعـاً، ثـم إلـى جماعة المدرسة، وجماعات الأقران، والجماعات الأخرى في نطـاق المجتمع، ثم إلى الوطن بأكمله، حيـث يكتسـب الإنسـان هويتـه التي هي ذروة هذا الانتماء.

☐ الانتماء.. وتشجيع المنتج الوطني

في كل دول العالم تنظم الحكومات إجراءات حمائية في صورة قوانين وضوابط لضمان عدم منافسة السلعة الأجنبية للمجتمعات المحلية.. ويحدث ذلك حتى بعد إقرار قوانين التجارة الحرة.. غير أن هناك ضوابط أخرى عرفية ينبغي تطبيقها على المستوى الشعبي من دون تحفيز قانوني، ومن غير أن تضطر الجهات المختصة إلى وضع الضوابط لدعم الوطن والمنتجات الوطنية، والتي يجب أن يكون لها الأولوية بتشجيع كل مواطن للصناعة المحلية ودعمها حتى تتمكن من مواجهة عملية الإغراق للسوق المحلي المفتوح على كل منتجات العالم.

إنني على ثقة من أن الصناعة الوطنية، والمنتجات المحلية، هي صناعة أمينة وفاخرة، لأن المستثمر القطري بطبيعته يسعى إلى المنافسة الجادة، ولأن هناك شروطاً وضوابط لإجازة الاستثمار، ولا تسمح الدولة بأن يكون المنتج المحلي أقل كفاءة من المنتج المستورد.

ثم إنه علينا الانتباه إلى أن بعض المنتجات المحلية، من إنتاج جمعيات ومؤسسات خيرية تشجع على الصناعة المحلية، لتوفير دخل للأسر المتعففة من ذوي الدخل المحدود. ولهذا فإن شراءنا لهذه المنتجات، هو دعم وتشجيع لهؤلاء، يتيح لهم فرصاً أوفر وحظاً أكبر لحياة كريمة.

إن تشجيع المنتجات الوطنية يحقق أكثر من غاية، وهو ما يدعونا كمستهلكين ومواطنين، أن نمنح الأولوية لهذه المنتجات دون غيرها، خاصة وأن أسواقنا المحلية مغرقة بسلع من كل

بلاد العالم، وبذلك يكون تشجيع المنتج الوطني والإقبال عليه جزءاً من انتمائنا لهذا الوطن، ودلالة على احتفائنا باقتصادنا الوطني، وحفاظنا عليه، وحمايتنا له من المنافسة.

منذ فترة، وبينما كنت اتسوق، إذا بسيدة قطرية تسألني عن سبب اختياري لسلعة مصنوعة محلياً، بينما هي تعتقد أن هناك سلع شبيهة أفضل منها... سألتها إن كانت جربت المنتج المحلي، فأجابت بالنفي، ولكنها سمعت هذا من الآخرين...

طلبت منها أن تجرب السلعة الوطنية، ونقلت لها ثقتي بأنها الأفضل، ودون ان أشعر وجدتني ألقي عليها محاضرة عن الوطنية، وعن تشجيع منتجاتنا الوطنية.. فإذا بها تعيد السلعة التي بيدها، وتستبدلها بالمنتج الوطني بكل حماس.

ذات مرة سألتني إحدى الصديقات: كيف تطالبين بأن نفضل المنتج الوطني ونعزف عن منتج آخر غيره لمجرد أن هذا المنتج وطني فقط، في حين أن المنتج المنافس أكثر جودة؟

وربما تكن محقة، مما يدعونا إلى الاعتناء بالمنتج المحلي، وتجويده لجعله منتجاً قادراً على المنافسة في سوق مفتوح مليء بالمنتجات متعددة المزايا.. وهذه الجودة لا تتحقق إلا بوجود وحدات بحث وتطوير معمقة بالمنتجات الوطنية... وهناك قاعدة تقول إن العرض والطلب هما مركزا الثقل في إدارة أي سوق، فلابد ان يكون العرض متنوعاً وجيداً ازاء طلب واسع، وهذا التنوع في العرض يعني منافسة، وهذه المنافسة تتطلب تنوعاً في الانتاج وتحسينه. ولهذا علينا الا نكتفي بتشجيع الانتاج الوطني. أو الدعوة إلى تشجيعه. بل علينا أيضاً العمل على تطويره.

☐ العرب والعلاج النفسي

كلما قرأنا أكثر وتأملنا في نظريات علماء النفس العرب الأقدمين.. اكتشفنا أنهم رواد في العديد من المجالات، وخاصة فيما يتعلق بالفلسفة وعلم النفس.. فعلماء النفس المسلمون، والأطباء منهم خاصة، لهم الأسبقية في وضع الكثير من النظريات.

نظريات العلاج النفسي الحديثة في علاج الأمراض النفسية تدعو إلى الترفيه عن المريض والعمل على إسعاده، وإبعاده عن كل ما قد يسبب له الأرق والتعاسة... فماذا عما قاله الرازي في علاج المرضى النفسيين...

"وليرتاضوا قلبك، ويأكلوا أغذية جيدة.. وأجود التعب لهم المشي، ومن كان هضمه رديئا فليستعمل الحمام قبل الغذاء، وليكن الغذاء سريع الهضم".

فعلاج الرازي كما رأينا يعتمد على الوسائل الطبيعية والعلاج الطبيعي والغذاء الجيد.. فهذه الوسائل الفيزيائية التي نعتقد انها حديثة في العلاج النفسي، هي من اكتشاف العلماء العرب قبل مئات السنين.

كذلك من أهم الوسائل التي مارسها الأطباء العرب والمسلمون في معالجة الأمراض النفسية كانت الوسائل الترفيهية، ومنها السفر وتبديل البلد والتماس الفرح والتنزه.. وهنا أذكر قول الرازي أيضاً: "إذا أزمن بالمريض وطال، فانقله إلي بلد مضاد المزاج لمزاج علته، فكثيراً برئ خلق كثير من الماليخوليا بطول السفر". فالنصح بتغيير المكان واللجوء إلى

السفر وتغيير بيئة المريض النفسي مازال ينصح بها معظم المعالجين النفسيين في هذا العصر.

أيضاً من الوسائل الترفيهية التي اتبعها الأطباء العرب والمسلمون في العلاج النفسي، تخصيص من يقوم بزيارة المرضى في البيمارستان، بغرض إدخال السرور على نفس المريض.. وهو نفسه ما تقوم به المؤسسات والجمعيات الخيرية الآن بتخصيص بعض الأيام للاهتمام بزيارة المرضى والمعاقين في المستشفيات لادخال السرور على نفوسهم.

كذلك مارس الأطباء العرب والمسلمون علاج الأمراض النفسية بالموسيقى، لاعتقادهم بأنها تخفف ألم الأمراض، فاستعملوا الألحان المختلفة في ساعات مختلفة من النهار، وبتوقيت محدد، يفحص بعدها المريض النفسي لمعاينة أثر تلك الموسيقى على نفسيته.

إن العودة لقراءة علاج الأمراض النفسية عند العلماء العرب والمسلمين، هي متعة بحد ذاتها، غير أنها تلقي الضوء على أمور كثيرة قد نكون نستخدمها بمسميات أخرى... ولكن يظل الفضل الكبير لله ثم لهؤلاء العلماء الذين اثروا العلم بنظرياتهم وعلمهم الغزير.

☐ الدراما والعلاج النفسي

كثيراً ما تغيب القيم العلاجية في ثنايا القالب الفني أو الأدبي... فمثلاً حينما عرضت مسرحية مدرسة المشاغبين..تلك المسرحية التي شاهدها الملايين من المشاهدين العرب من جميع الدول، صغار وكبار.. كيف كان أثرها على طلاب المدارس؟ هل استفادوا من المغزى الذي حاول المؤلف نقله للطلاب المشاغبين، والمتمثل في أنه لا فائدة من تلك "الشيطنة"، وأنه من الأفضل أن يلتزموا ويحرصوا على الدراسة و التحصيل...

الذي حدث أن الطلاب لم يخرجوا من المسرحية بالعبر والدروس، وإنما تحولت مواقفها الكوميدية إلى مصدر للمزاح والسخرية والتنكيت في المدارس.

الجانب الفني قد يطغى على العمل الأدبي أو الروائي إلى درجة يصعب معها توصيل الرسالة لمختلف الأعمار بوتيرة واحدة.. لذا كان من المهم إنشاء القنوات المتخصصة التي تخاطب كل منها مرحلة عمرية.. فهناك قنوات للأطفال، وأخرى للكبار... وكل قناة تقدم الأعمال التي تتناسب وتلك المرحلة العمرية... فعندما تقدم الأعمال التي تعد للكبار إلى الصغار، فإن الرسالة تصل إليهم مشوشة وغير واضحة.

لعل هذا يذكرنا كيف أن الروايات البوليسية وأفلام الأكشن والمغامرات ورعاة البقر، واللصوص الظرفاء، كيف تؤثر سلباً على المراهقين، حتى أن بعضهم كان يلجأ إلى محاكاتها، والقيام بأعمال إجرامية شبيهة لما رآه في تلك الأفلام.. وهذا يعود بذاكرتي إلى إحدى الحالات التي مرت علينا في دار رعاية

الأحداث منذ فترة.. حيث قام مراهق بتنفيذ عملية حرق لوالديه بعد أن شاهد فلماً يحرق الولد والديه انتقاماً منهما لأنهما حرماه من السفر.. ولأن الولد غضبان من والديه لسبب مشابه، فقد قام بتقمص شخصية بطل الفيلم... فالفيلم قدم للولد شرحاً تفصيلياً لكيفية ارتكاب الوسيلة العقابية في حق والديه، فنفذها كما شاهدها في الفلم حرفياً.

إن العصر الذي نعيشه ملئ بالمؤثرات التي يمكن أن تكون سلاحاً ذو حدين، فقد نستفيد منها إذا ما تم توظيفها بشكل سليم، وقد تسبب ايذاءً نفسياً شعورياً أو لا شعورياً.

□ الكوميديا ومراحل العمر

كنت أنفرط ضحكاً حينما أرى أفلام الكوميديا وأنا صغيرة.. وكانت أفلام إسماعيل ياسين، وشارلي شابلن من أكثر ما يضحكنا.. ولكن الآن تغير الوضع.. فمنذ أيام كنت أتجول بين القنوات الفضائية، فاستوقفني فيلم لإسماعيل ياسين.. وانتظرت أن يضحكني مثلما كان يفعل.. لكنه لم يؤثر في شهيتي للضحك، والحال مثله تكرر حينما رأيت شارلي شابلن منذ فترة.. وصرت أتعجب كيف كنت لا أملّ مشاهدة تلك الأفلام؟..

رحت أتساءل لماذا صارت هذه الكوميديات لا تبعث على الضحك، وشملت الإجابة عدة أسباب.. أولها أن لكل عمر ما يضحكه، وما يثير فيه الحس الكوميدي.. وثانياً أن رموز الكوميديا القدامى كانوا يوظفون عناصر إضحاك تجاوزها الزمن الآن، فانتقلت من الإضحاك من خلال مفارقات البصر، إلى الإضحاك من خلال المفارقات اللفظية، إلى التعبير بالجسد، كما كان يفعل شارلي شابلن على وجه الخصوص، إلى التعبير بملامح الوجه، وهذا مثلاً ما نلاحظه في كوميديا عادل إمام، فيكفي أن ننظر إلى عينيه أو ملامح وجهه وقد اعتراها دهشة أو خوف أو استغراب حتى ننفجر في الضحك.

كما أعتقد أن استخدام المفارقات اللفظية، صار أسرع وصولاً إلى ذائقة المشاهد أو المستمع.. حتى إن عبارات عادل إمام في مسرحياته، صارت الآن متداولة يومياً على ألسنة الجميع فما من مناسبة إلا ويقفز إلى ذاكرتنا لفظة أو تعليق من تعليقات عادل إمام الساخرة.

إن الضحك حاجة اجتماعية ونفسية، ولها آثارها التي تنشط خيال الإنسان، وتخفف عنه هموم وضغوط الحياة..

فضلاً عن ذلك فإن الضحك المعتدل يزيد من رغبة الإنسان في العمل الجاد، فيضع فاصلاً بين وقت المرح ووقت العمل.

☐ كتاب من المعرض

انتهى معرض الكتاب.. وانتهت معه فعاليات رائعة، تركت ذكرى جميلة في الأذهان والقلوب والنفوس.

من بين الكثير من الكتب التخصصية والثقافية التي اقتنيتها من المعرض؛ لفت نظري بالصدفة كتاب صغير في حجمه، عظيم في إفادته... ومنذ اقتنائي الكتاب وأنا أقرأ كل يوم جزءاً منه للاستفادة ومحاولة التطبيق... عنوان الكتاب "المزج بين المواد الغذائية" لمؤلفه "م.غ. شيلتون" ترجمة "د.جلال رافع".

يتحدث الكتاب عن الطرق الطبيعية السليمة للمزج بين الأغذية المختلفة، وعن إفرازات المعدة المختلفة التي تؤثر على صحة الإنسان... وعلى ضوء الدراسات التي تمت في هذا المجال، فإنه تم انشاء معهد الصحة العامة، ويدعونه عادة "بيت الصحة العامة" أو "مدرسة الصحة".. حيث يتعلم فيه المرضى مذهب الحياة البسيط والطبيعي، والهدف ليس فقط استعادة الصحة، بل تعلم حمايتها والحفاظ عليها.

ويتبع المرضي مجموعة من القواعد البسيطة للصحة في هذا المعهد.. وأهم أسلوب للصحة هو الصيام العلاجي الذي له قيمة كبيرة، حيث يريح لجهاز الهضم المتعب.

ولأن النظام الغذائي الصحيح لوحده لا يحمي من الأمراض ولا يحافظ على الصحة.. فإن بيت الصحة هذا يستخدم وسائل أخرى للعلاج، كالماء، الهواء، الراحة، الهدوء، الدفء، أشعة الشمس... كل هذه الوسائل تساعد على التخلص من التوتر والعصبية التي تضعف الإفراز.

إن استعادة الصحة الضائعة عملية مجهدة للغاية، حيث يلعب المريض فيها دور البطولة؛ كما يقول "شيلتون" في كتابه الصغير.. وكيف أن الجهاز الهضمي؛ وبإعجاز من الخالق؛ يكيف إفرازاته حسب المتطلبات الهضمية لكل طعام، بشرط أن تحترم حدود هذه الآلية المكيفة.

ويوضح الكتاب كيف تقوم المعدة بإفراز العصارة المعدية المناسبة عندما نتناول النشويات، وهذه العصارات تتميز وتختلف عن العصارات التي تفرزها المعدة عند تناول البروتينيات مثلاً.

ويشير الكتاب إلى أن المزج بين المواد الغذائية بطريقة خاطئة يؤثر على الهضم، ويتعب الإنسان، فهذا المزج الخاطئ لا يوجد في الطبيعة؛ كما يقول مؤلف الكتاب؛ ف الحيوانات لها ميل إلى تناول مادة غذائية واحدة للوجبة الواحدة، فآكلات اللحوم مثلاً لا تمزج النشويات مع البروتينيات.. أما الطيور فتتناول الحشرات في وقت من النهار، بينما تتناول الحبوب في وقت آخر...

فسبحان الخالق...

☐ مذبحة الكتب السنوية

ما إن ينتهي العام الدراسي، إلا وتبدأ مذبحة الكتب السنوية، حيث يقوم الطلاب والطالبات بالتخلص من الكتب بطريقة مزرية. وتعكس طريقة التخلص التي سأصور مشهدها قيمة الكتاب في حياة أبنائنا، كما تعكس إخفاقا تربويا في ترغيب الطالب منذ الصغر في الكتاب والمحافظة عليه والعناية به.

فالمشهد السنوي المؤسف عبارة عن أكداس ممزقة من الكتب القيمة في مختلف مواد المعرفة، ملقاة في إهمال بين طرقات الجامعة، على الرغم من كونها كتباً حديثة الإصدار وغزيرة المعرفة.

ويبدو أن الكتاب يمثل لطالب العلم خصماً لدوداً، فهو يعامله خلال الدراسة معاملة الكاره، وما أن ينتهي من الامتحان حتى يعلن عن هذه الكراهية بطريقة فوضوية. وعلى ما يبدو فإننا لا نستطيع الآن أن نعدل من اتجاهات طلاب وطالبات المرحلة الجامعية، أو أن نعيد على أسماعهم دروساً طفولية للعناية بالكتاب واحترامه، لكن بإمكاننا اتخاذ الإجراءات الرادعة التي تكفل حفظ هيبة الكتاب.

وقد اقترحت منذ سنوات أن تفرض الجامعة رسوماً على الطلاب والطالبات عند استلامهم الكتب، وأن يستردوا هذه الرسوم في نهاية العام إذا ما ردوا الكتب بحالة جيدة، حينئذ سيحرصون على الكتاب.. فإذا ما استمر الطالب أو الطالبة في فوضوية التعامل مع الكتاب، فعليه أن يتحمل ثمن فوضويته.

وفي الواقع إننا بحاجة إلى أكثر من هذا الإجراء بأن نرسخ قيماً مبكرة في نفوس الناشئين للمحافظة على الكتاب، وأن

نعودهم منذ نعومة أظفارهم على تكوين مكتبات خاصة بهم يحتفظون بها بالكتب المدرسية ثم الجامعية حتى تتوطد علاقتهم بالكتاب، ويدركوا قيمته وأهمية القراءة.. كما أننا في أشد الحاجة إلى إيجاد همزة وصل بين كتب كل عام دراسي والكتب السابقة عليه حتى يدرك الطالب أن انتهاء العام الدراسي لا يعني انقطاع صلته بكتبه السابقة، فيحتفظ بها ويحرص عليها. فيمكن تكليف الطالب بالعودة إلى أحد الدروس في كتاب من عام سابق أو أسبق ليكون وثيق الصلة بموضوع دراسي يدرسه في عامه الدراسي.. وهذه يجب أن تكون إحدى مهام واضعي المناهج الدراسية، ومصممي الكتب والأنشطة المدرسية.

قد لا يسعفني اقتراح طرق ووسائل وإجراءات ترغيب الطلاب للعناية بالكتب والمحافظة عليها، ولكن ينبغي أن تبتكر هذه الوسائل، وأن ننشط قيمة الكتاب لدى الكبار والصغار معاً.

☐ كيف نخفف من قلق الامتحان؟

يعتبر قلق الإمتحان أحد المشاكل التي يواجهها طلابنا، ولأننا على أبواب الامتحانات، وهناك ما يشبه حالة الطوارئ في كل منزل تقريباً، فقد كانت الحلقة التي استضافني فيها معد برنامج آفاق تربوية الأستاذ مشهور الليمون، ومقدم البرنامج حازم طه. وقد تناولنا في الحلقة الكثير من الهموم والقضايا التي تشغل الطالب والأسرة، والقائمين على العملية التعليمية.

العالم "جون شيودو" مدير الخدمات الميدانية في جامعة كلاريون في ولاية بنسلفانيا بالولايات المتحدة، قدم عشر قواعد، أو نصائح، بعد تجربتها على الكثير من الطلاب على مدى ثلاثة عشر عاماً، حتى تيقن من جدوى الاستفادة من هذه القواعد التي تساهم في مجال الصحة النفسية، سواء للطلاب، أو من لهم علاقة بشؤون الطلاب.

ويمكن تلخيص القواعد العشر فيما يلي:

- مراجعة الإطار العام للامتحان: وذلك قبل الامتحان، حيث يتوقع من المدرس أن يبلغ الصف بموعد الامتحانات قبلها بفترة مناسبة، كذلك عن الموضوعات التي سيشملها الامتحان، وأهمية كل موضوع.

- استخدام الاختبارات التجريبية والتدريبية: يتوقع من المدرس إجراء الاختبار التجريبي أو التدريبي في ظروف مشابهة للامتحان، ليتعود الطلاب على المعلم والأسلوب اللغوي له، ويجب إعطاء عينة من الإجابات، إذ أنها تبين للتلاميذ الجواب الصحيح، والنقاط المهمة للدراسة.

- يتوقع من المعلم أن يكون واضحاً حول الوقت المحدد: وذلك من خلال إعلام التلاميذ مسبقاً عما إذا كان الامتحان سيأخذ قت الحصة كاملاً، أو جزءاً منها، أو أكثر.

- الإعلان عن المواد التي يحتاجها الطلاب، والوسائل المسموح باستعمالها: فمن المهم أن يعرفوا ما إذا كان ثمة حاجة لإحضار أوراق للكتابة، أم انهم سيزودون بالأوراق اللازمة.

- مراجعة طريقة التصحيح: اشرح قيمة كل جزء من الامتحان، وكيف يتم تصحيح المقالات والمشروعات، وما هي القيمة النسبية لكل امتحان ولكل سؤال فيه.

- مراجعة السياسات المتعلقة بامتحانات الإكمال والإعادة: وضح الأسباب المشروعة للغياب عن الامتحان، ومتى يستطيع الطلاب تقديم امتحان الإكمال، وما الإجراءات التي ستتبع بالنسبة للذين يتقدمون للامتحان مرة أخرى.

- تقديم المساعدة في الدراسة : وذلك من خلال مراجعة المقرر والأعمال المنزلية قبل الامتحان بأيام، لتقوية مهارات الدراسة، ومهارات الاستعداد للامتحان، وتقديم أدلة للدراسة تركز انتباه الطلبة على الجوانب المهمة.

- إعطاء الفرصة لأسئلة آخر لحظة: يأتي بعض الطلاب دائما بسؤال آخر لحظة قبل الامتحان، لذلك يجب اعطاء وقت محدد قبيل البدء بالامتحان للإجابة عن مثل هذه الأسئلة.

- إرشاد الطلاب إلى طرق تناول الامتحان: مراجعة الأسئلة كلها قبل البدء بالإجابة، ثم تخطيط الوقت لكل سؤال، والتأكد من فهم التعليمات، وبعد ذلك البدء بالأسئلة التي يثقون في معرفتهم بإجابتها.

▪ إرشاد الطلاب إلى كيفية التعامل مع أسئلة الامتحان:
الاسترخاء أولاً، والتركيز وعدم التشتت أثناء قراءة الأسئلة.. قراءة الأسئلة، والتمعن فيها أكثر من مرة، واختيار أسهلها للإجابة عنه.

هذه بعض الإجراءات المساعدة للطالب، لكي يتخطى الامتحان بسهولة ويسر، وبدون أن يتعرض للقلق.

تمنياتي لكل أبنائنا وبناتنا بالتوفيق والنجاح

❑ الطالب والإنترنت

كلما كنت أمر على قاعة من قاعات المحاضرات في جامعة "أبرتي داندي" وأرى كل طالب يعمل على كمبيوتر خاص به، معتمداً على الإنترنت في البحث والإطلاع، أدركت أن هذا الإنترنت لم يعد ترفاً.. وأن هذا التوجه الملح لاستخدام الكمبيوتر في العملية التعليمية، يدفعنا إلى الإقرار بأهميته، وأن أن تجاهل هذه التقنية وعدم الأخذ بأسبابها، لن يكون في صالح العملية التعليمية.

إننا بحاجة ماسة إلى التحرك السريع والعمل الجاد على محو الأمية التكنولوجية، ومعالجة تخوفات البعض تجاه التقنية الحديثة. وأعترف أن هذا الإحساس انتابني لفترة، واعتبرت أن شاشة الكمبيوتر تحاول أغتيال الورقة والقلم، لتسقطهما من فوق عرش الكلمة. وخشيت على هذا الجيل من أن يفقد متعة هذا الانسجام الذي يبلغ حد العشق بين القلم و الورقة، التي كانت رفيق وجداننا وأفكارنا وخواطرنا، نسطر عليها همومنا وأفراحنا... ولكن الآن وبعد أن أصبحت هذه الشاشة رفيقتي في أغلب الأوقات.. وأصبحت ذاكرة الكمبيوتر مساعدة لذاكرتي المزدحمة.. أدركت انه لا غنى لنا عن الكمبيوتر، أو عن الورقة.. وانني مع اعتمادي على هذا الجهاز المدهش، ما زلت استمتع بلذة صرير القلم، وحفيف الورقة، وتلك الخطوط العشوائية، والشخبطات التي تدور حولها أفكار ومشاعر وأحاسيس في طور التكوين... لا أتخيل أن الغي من حياتي تلك الحميمية التي أحسها مع الورقة وأجواء الكتابة وطقوسها...

ورغم هذا لابد أن نجاري العصر، ولا نتخلف عن الركب.

☐ الإجازة الصيفية .. وتنمية المدارك

سينتهي العام الدراسي قريباً، لتبدأ الإجازة الصيفية الممتدة حتى شهر سبتمبر القادم.. وبدأ الكثيرون إعداد حقائبهم للسفر إلى الخارج لقضاء الاجازة الصيفية، إما على شواطئ أوروبا، أو أحد الشواطئ العربية أو الأسيوية.

غير أن الإجازة الصيفية يجب الا تكون ترفيهاً وحسب، بل ينبغي على مؤسسات المجتمع أن تضع خططاً لمن لن يسافروا بحيث تتوفر لهم أنشطة وفعاليات تجمع ما بين الترفيه والتثقيف، يستفيد منها الطلاب والطالبات وتتسع مداركهم ومعارفهم بأسلوب لا يشعرهم بأنهم في أجواء مدرسية، كما لا يشعرهم بأن هذه الفعاليات هي للترفيه فقط.

وزارة التربية والتعليم تخصص مدارس للنوادي والأنشطة الصيفية.. والأندية الرياضية نفعل الشيء نفسه، وكل من هذه المؤسسات تضع البرامج والخطط لفعاليات تشغل أوقات فراغ أبنائنا... وهو شيء جميل ومطلوب، ولكن من المهم أيضاً الا تكون هذه الخطط الثقافية والترفيهية تكرارا للسنوات السابقة، بل أن تكون متجددة، تطرق جوانب جديدة لجذب الطلاب والطالبات... ويا حبذا لو أن هذه الأنشطة اتجهت لأعمال تطوعية تخدم البيئة، أو تساهم في التشجير وزيادة المساحات الخضراء، أو غيرها من أعمال خدمة المجتمع... كذلك يمكن تنظيم مسابقات ثقافية لتحفيز ابنائنا على الإطلاع والمعرفة، بحيث يختتم هذا النشاط بحفل يكرم فيه المتميزون، وتُقدم لهم هدايا تذكارية تجعل للنشاط الصيفي قيمة مفيدة لطلابنا، فيبدأون العام الدراسي الجديد وهم أكثر نشاطاً للدراسة.

أما الذين يفضلون قضاء إجازتهم الصيفية بالخارج، فعلى الأبوين إيلاء الجانب الثقافي والمعرفي والاستكشافي، قدراً من الأهمية، فالسفر للخارج ليس مجرد متعة وشغلاً للوقت، وإنما هناك معالم وآثار ثقافية ومعلومات جديدة، على الأبوين أن يساعدا أبناءهما في التزود بها واكتساب الخبرات من خلال التجول السياحي في البلد الذي يزورونه.

الإجازة الصيفية في جميع الأحوال ليست فترة ساقطة من الحساب، بل هي مساحة تتاح لنا ينبغي أن تتنوع فيها الخبرات التي يتزود بها أبناؤنا، لا بطريقة مدرسية تقليدية، ولكن من خلال الاحتكاك بالواقع وأداء الأنشطة التي لا تخلو من معرفة وإدراك، ولا تخلو أيضاً من متعة الترفيه.

إجازة سعيدة ومفيدة للجميع.

❑ كم يخدم العلم البشرية

كم أحس بالسعادة عندما يوجه العلماء والمخترعون فكرهم تجاه الاختراعات التي تخفف من آلام البشرية، وتوفر للإنسان المزيد من سبل الراحة والسعادة... فليس أفضل من علم يكرس لخدمة الآخرين.

قرأت منذ أيام عن اختراع قد يراه البعض بسيطاً، لكنه سيوفر الحماية والأمان والسلامة لكثير من المواليد المعرضين للإصابات الناتجة عن عسر الولادة، ويوفر الراحة للأم، والسعادة بمولود سليم معافى.

الإحصائية الصادرة عن المركز الأمريكي للتحكم في الأمراض ومنعها، تشير إلى أن خمسة بالمائة من حالات الولادة، تنحشر أكتاف الجنين في قناة الرحم، مما يتسبب في ولادة طفل معاق... وبمساعدة هذا الاختراع الحديث، أصبح بالإمكان تلافي هذا الأمر... فقد نجح علماء أمريكيون في صنع جهاز يساعد الأطباء على التصرف أثناء عمليات الولادة المتعسرة، بحيث يحرك الطبيب الجنين إخراجه دون حدوث أية اضرار. ويساعد الجهاز الأطباء على تحديد القوة اللازمة لتغيير وضع الطفل داخل الرحم خلال عملية الولادة وذلك بهدف تجنب حدوث آلام وإصابات، سواء للأم أو الجنين.

وقام فريق من العلماء من جامعة جونز هويكينز الأمريكية باختبار هذا الجهاز في خمس عشرة حالة ولادة حقيقية، كما قام أساتذة وطلبة الجامعة بتصميم الجهاز الذي يقيس مدى القوة التي يستخدمها الطبيب في التوليد ويحذره إذا استخدم

قوة مفرطة، وهو بذلك يعد صمام أمان للطبيب، فقد أثبتت الإحصائيات أنه في ربع حالات الولادة يصاب الجنين بأضرار في أثناء الولادة نتيجة لاستخدام القوة المفرطة في التوليد.

يتكون الجهاز من ثلاثة أقطاب يتم تثبيتها على مقدمة ذراع الطبيب الذي يجري العملية، لقياس قوة الذراع المستخدمة. وترسل الأقطاب بيانات عبر جهاز معدني صغير مستقر في جيب الطبيب، إلى جهاز حاسب يخزن ويستخلص المعلومات. وما يزيد من أهمية الجهاز، أنه يعطي أيضاً مقياساً دقيقاً إلى حد كبير للقوة التي تستخدم خلال عملية التوليد وذلك بعد مقارنتها بالقوة العادية التي يبذلها الشخص نفسه.

وقد أجرى الباحثون في جامعة جون هوبكنز ثلاثين تجربة معملية، ووجدوا أن إدارة الجنين بحيث يواجه عموده الفقري بطن الأم هو الأسلوب الأسلم للتقدم في حالة انحشار أكتاف الجنين في قناة الرحم، أو في أي وضع خاطئ للجنين في الرحم.... ولايحتاج القيام بهذه الحركة إلى قوة كبيرة على رأس الجنين، بينما يحتاج إخراج الجنين وهو في وضعه الآخر في مواجهة العمود الفقري إلى بذل المزيد من الجهد وإحداث آلام في الحوض للأم.

كم يخدم العلم البشرية.. ويخفف آلامها

وما أصعب آلام الولادة.. وما أروع الجهود التي تسعى إلى تخفيف هذه الآلام.

❑ أخصائي اجتماعي بمركز الشرطة

نشرت جريدة الرياض اليومية السعودية، في عددها الصادر يوم الثلاثاء الموافق ٢٧ يونيو ٢٠٠٦م، نتائج دراسة مسحية حديثة أوصت باستحداث وظيفة أخصائي اجتماعي في مراكز شرطة منطقة الرياض. وقد توصل الباحث الرائد عبدالله بن صالح الحصان عن طريق رسالته التي اجراها للحصول على درجة الماجستير والتي كانت بعنوان "جدوى استحداث وظيفة أخصائي اجتماعي في مراكز الشرطة بالرياض من وجهة نظر العاملين فيها"، توصل إلى أن الجميع يوافقون جداً على تقبل المجتمع لوجود المتخصص الاجتماعي في مراكز حالات الأحداث والمراهقين التي ترد لأقسام الشرطة، كما ينسجم وجود المتخصص الاجتماعي في هذه المراكز مع رغبة المواطن بوجود موظف مدني في أقسام الشرطة؛ يكون لديه القدرة على فض المنازعات قبل تفاقمها، وبروز علاقة يسودها الحوار والتفاهم بين رجال الأمن والمواطن.

وقد أوصت الدراسة باستحداث وظيفة الأخصائي الاجتماعي، على أن يتم اختياره وفق عدد من الشروط أهمها النزاهة، والحيادية التامة، والدراية العلمية والعملية بعملية فض الخلاف والمنازعات، وتفهم حالات الغضب المختلفة، ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة التي قد ترد إلى أقسام الشرطة، وأن يتسم بالأخلاق الرفيعة.

إن العمل الاجتماعي والنفسي لم يعد رفاهية وإكمال ناقص في العدد، وإنما أصبحت مسؤولية الأخصائي الاجتماعي والنفسي كبيرة في ظل التغيرات التي تحدث في المجتمعات عامة وفي

مجتمعاتنا الخليجية خاصة. فكل هذه التحولات والتغيرات السريعة تجعل من الأجدى أن يكون هناك من يتفهم الشباب والأحداث، ويتعامل معهم بخبرة ودراية، لكي لا تزداد الأمور سوءاً، ولكي نستطيع توفير بيئة سليمة لأبنائنا من خلال استحداث مثل هذه الوظائف التي تساعدهم على التأقلم والوصول إلى الصحة النفسية والسلامة الاجتماعية.

أتمنى أن نهتم بمثل هذه الدراسات، وأن نأخذها مأخذ الجد، ونحرص على تطبيق نتائجها لكي نحصل على خدمات علاجية قائمة على أسس سليمة، ولا نترك نفسيات أطفالنا وشبابنا للصدفة في علاجها ورتق ما اهترأ منها، فالعناية بالأولاد في هذه المراحل العمرية الغضة هو استثمار للمستقبل.

☐ المؤتمرات العلمية .. واللقاءات المثمرة

من وظيفة المؤتمرات الأكاديمية التي تنظمها جامعة قطر الإطلاع على الموضوعات الرئيسة والفروض العلمية محل البحث في الوقت الراهن.. وأيضاً إدراك ما يشغل البحث العلمي في مجال المؤتمر.

احتضنت جامعة قطر مؤتمر التربية الخاصة الثاني والذي أقيم تحت عنوان "نحو ممارسات أفضل في التربية الخاصة".

ومن أهم المواضيع التي تناولها الأساتذة المحاضرون بالبحث موضوع "الدمج".. فدمج الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في مدارس الأسوياء وفي مجتمعاتهم، وإزالة تلك السياجات الوهمية التي تبنيها أسر وعائلات حول أبنائها من ذوي الاحتياجات الخاصة.

وجدوى هذا المؤتمر لم تكن قاصرة على موضوعه، ولكنه كان غنياً بالدراسات والآراء والمقترحات والفروض العلمية، كما أن الجدل العلمي كان من بين ميزات هذا المؤتمر. أيضاً الالتقاء المباشر بالنخب الأكاديمية المثقفة والبارعة في مجال علم النفس والتربية الخاصة، ممن كنا نتابع إسهاماتهم وآراءهم وإصداراتهم من خلال الدوريات العلمية. فكان الالتقاء المباشر بهم هو في حد ذاته مكسب مهم، فهذه اللقاءات تتيح مجالاً للتفاعل وتبادل الخبرات والآراء، وأيضاً التعريف بما وصلت إليه جامعة قطر في مجال علم النفس والإرشاد النفسي، والجهود الوطنية المبذولة في مجال رعاية ذوي الاجتياجات الخاصة. المؤتمر إذن لم يكن تأثيره في اتجاه واحد، بل في اتجاهين التقيا لمدة يومين مزدحمين بالكثير من النقاش والتفاعل.

وكان من بين الحضور الأستاذ الدكتور طلعت منصور أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية بكلية التربية، ومدير مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، واضع للكثير من الاختبارات والمقاييس النفسية، أهمها اختبار دليل مقياس مفهوم الذات للأطفال، وقائمة تقدير أداء المعلمين، ومقياس الرضا الزواجي مع زوجته عالمة النفس القديرة الدكتور فيولا ببلاوي.. وأول ما تعرفت على إصداراته كان من خلال كتاب عالم النفس الشهير فيكتور فرانكل Man's Search For Meaning ، والذي بيع منه أكثر من ٩ ملايين نسخة وترجم إلى ٢٤ لغة.. وقد قراته بترجمة الأستاذ الدكتور طلعت منصور، وهو من الكتب التي لا يمل عالم النفس من قراءتها والاستفادة من تلك النظرية التي تبحث عن معنى لوجود الإنسان.

خلاصة ما يمكن الخروج به أن تعدد وتنوع المؤتمرات جعلنا ندرك جيداً كيف نستفيد من هذه المحافل والملتقيات، وكيف نجعلها حضوراً خصباً وافراً للمعرفة، وكيف نخرج منها بحصيلة تحفز على البحث والتنقيب.. وكل ذلك بفضل الجهود المثمرة التي تقوم بها جامعة قطر التي أصبحت منارة إشعاع في منطقتنا.. وبفضل الجهد الدؤوب لعميدة كلية التربية الدكتورة حصة محمد صادق، والزميلة د. أسماء العطية التي عملت كالنحلة ليخرج المؤتمر على تلك الصورة المشرفة.. ودعم رئيس قسم العلوم النفسية د.عثمان يخلف، وجميع أعضاء قسم العلوم النفسية الذي حاز على جائزة أفضل قسم في الكلية لهذا العام.. وهو قسم يستحق كل ثناء لأن الجميع يعمل فيه بكل جهد وبتكاتف وحب للعمل ولخدمة المجتمع.

☐ التحول من الحركة إلى السكون

احياناً تقفز إلى ذاكرتنا الغضة اقوالاً او امثالاً مأثورة، تعجز أذهاننا في مقتبل العمر عن استيعابها أو إدراك مغزاها واهميتها. ولعل الحكمة الشائعة "الصحة تاج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى" إحدى تلك المأثورات التي نتناولها باستخفاف في صغرنا، دون أن نعي كيف يمكن أن تكون الصحة تاجاً، وكيف يكون الأصحاء متوجين بهذا التاج؟... ويستمر هذا الاستخفاف بالمثل إلى أن تداهمنا الأمراض والأوجاع، حينئذٍ فقط نستدعيه من الذاكرة لنعيد صياغة رؤيتنا له من واقع التجربة والمعاناة.

كنت قد تعرضت إلى انسداد في أحد شرايين القلب خلال رحلة عمل إلى القاهرة، وتم نقلي على الفور إلى مستشفى البرج لإجراء القسطرة على يد الدكتور أحمد الغليض. وكانت العملية في منتهى الخطورة، ونسبة نجاحها ضئيلة، فالشريان المسدود يقع تحت عضلة، ومن الصعب الوصول إليه لاستبداله أو إجراء دعامة؛ كما يقول د.الغليض. وهذه النسبة الضئيلة هي معادل للموت المحتوم.

عدت من القاهرة في أشد حالات الضعف. غير أني لا أحتمل التحول من نشاطي المعهود إلى طريحة فراش، أو أن استقيل من مهامي ووظائفي في الحياة لمجرد أن هناك عملية تهدد حياتي، فلا معنى لأن يعيش الإنسان بلا وظيفة أو عمل أو مجهود لمجرد الإبقاء على حياته سنوات أطول؛ فالحياة لا تعاش بالسنوات، ولكن بما ينجزه الإنسان في هذه السنوات... لهذا

قررت أن أذهب إلى أي مستشفى في أي مكان في العالم يوافق على إجراء العملية، مهما تضاءلت نسبة نجاحها كما يقول الأطباء... وأنا الآن في انتظار قرار الدكتور جيهاني في مؤسسة حمد الطبية. وسأظل أبحث إلى أن أجد من يوافق على إجراء الجراحة.

الأمل في النجاح لا ينتهي، وليس في هذا مغامرة أو مخاطرة، ولكنه أمل كبير في الحياة مأهول بثقة كبيرة في أن الخالق لا يخذل عباده إن تضرعوا إليه صادقين...

فإما حياة مليئة بالحركة والعمل والإنجاز، وإما أن تكون النهاية التي يريدها الله سبحانه وتعالى.

◆ ◆ ◆ ◆ ◆

❑ الفهرس

د. موزة عبدالله المالكي

- حاصلة على أول جائزة تشجيعية لدولة قطر في التربية والعلوم الاجتماعية والنفسية، عام ٢٠٠٥م.
- رشحت لنيل جائزة نوبل للسلام لعام ٢٠٠٥م.
- دكتوراه في مجال الإرشاد النفسي

  جامعة أبرتي داندي – أسكتلندا، ٢٠٠٢م
- ماجستير علم نفس

  جامعة لافيران – الولايات المتحدة الأمريكية، ١٩٨٦م.
- تمارس العلاج والإرشاد النفسي منذ سنة ١٩٨٣. وكانت أول قطرية تؤسس مركزاً للتدريب والتأهيل النفسي في دولة قطر.
- جائزة المرأة المثالية في المجتمع القطري، عام ١٩٩٦م.
- الجائزة السنوية لمجلس مدينة جاكسون. الولايات المتحدة الأمريكية، ١٩٩٦م.
- تكريم كتاب جريدة الراية القطرية، أبريل ٢٠٠٤م.
- كانت من أوائل المرشحات لانتخابات المجلس البلدي في قطر، وهي أول انتخابات على مستوى دول الخليج العربية.
- الموقع الإلكتروني : http://www.moza-almalki.com
- البريد الإلكتروني : moza@moza-almalki.com

- **المؤلفات :**

١- الأزمات النفسية العاطفية مشاكل وحلول

دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت – لبنان، ١٩٩٥م

٢- أطفال بلا مشاكل .. زهور بلا أشواك

دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت – لبنان، ١٩٩٦م

٣- عدوانية أقل.. كيف تحول الغضب والعدوانية إلى أفعال إيجابية

دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، ١٩٩٧م

٤- رائحة الأحاسيس

المؤسسة العربية للدراسات والنشر، عمان – الأردن، ١٩٩٨م

٥- رحلتي مع العلاج النفسي

انجاز للطباعة والنشر، دولة الكويت، ٢٠٠١م

٦- السرد القصصي والعلاج النفسي

دار المنار، القاهرة، ٢٠٠٥م

٧- بعض مشكلات الأطفال السلوكية ، من واقع العيادة النفسية

دار علاء الدين، دمشق – سوريا، ٢٠٠٥م

٨- مهارات تطبيق الإرشاد النفسي

المجلس الوطني للثقافة والفنون والتراث، الدوحة – قطر، ٢٠٠٥م

٩- فتيات خليجيات ومشاكلهن العاطفية

دار النهضة العربية، بيروت – لبنان، ٢٠٠٦م

١٠- ثقافة الانتخاب : كتيب إرشادي. ٢٠٠٧م

١١- وللشباب مشاكله

دار قراءة للنشر، القاهرة، جمهورية مصر العربية، ٢٠٠٧م

الانفعال هو ألف باء عملية الإبداع، فما ننفعل به يُغذي مخيلتنا ويخصبها بصور وأفكار تتماهى فيما بينها، لتشكل مضمونا إبداعيا في أي من مناحي الفن أو صور التعبير.

في هذا الكتاب حاولت جمع بعض مقالاتي التي نُشرت خلال السنوات الأخيرة، والتي ارتبطت بلحظات انفعال أو أحداث أو مناسبات معينة، بعضها كان بمثابة محطات لها أهميتها في حياتي، وبعضها يشكل خلاصة تجارب حياتية ذاتية، وبعضها أشبه بقراءات في مفردات واقعنا، وبعضها كان بمثابة ومضات تلقي الضوء باتجاه قضايا بعينها.

يحوي الكتاب بين دفتيه الكثير من لحظات الانفعال، الفرح، الحزن، الأمل، الألم، الحب، الدهشة، الحلم، والكثير من لحظات التأمل التي استوقفتني.

"عندما انفعل أكتب" باقة متنوعة من الأفكار والمشاعر والمواقف والتجارب والقضايا [illegible] لحظات انفعال. آمل أن تكون قد جمعت بين الفائدة والمتعة معا.

malki.com

دار البيان للطباعة